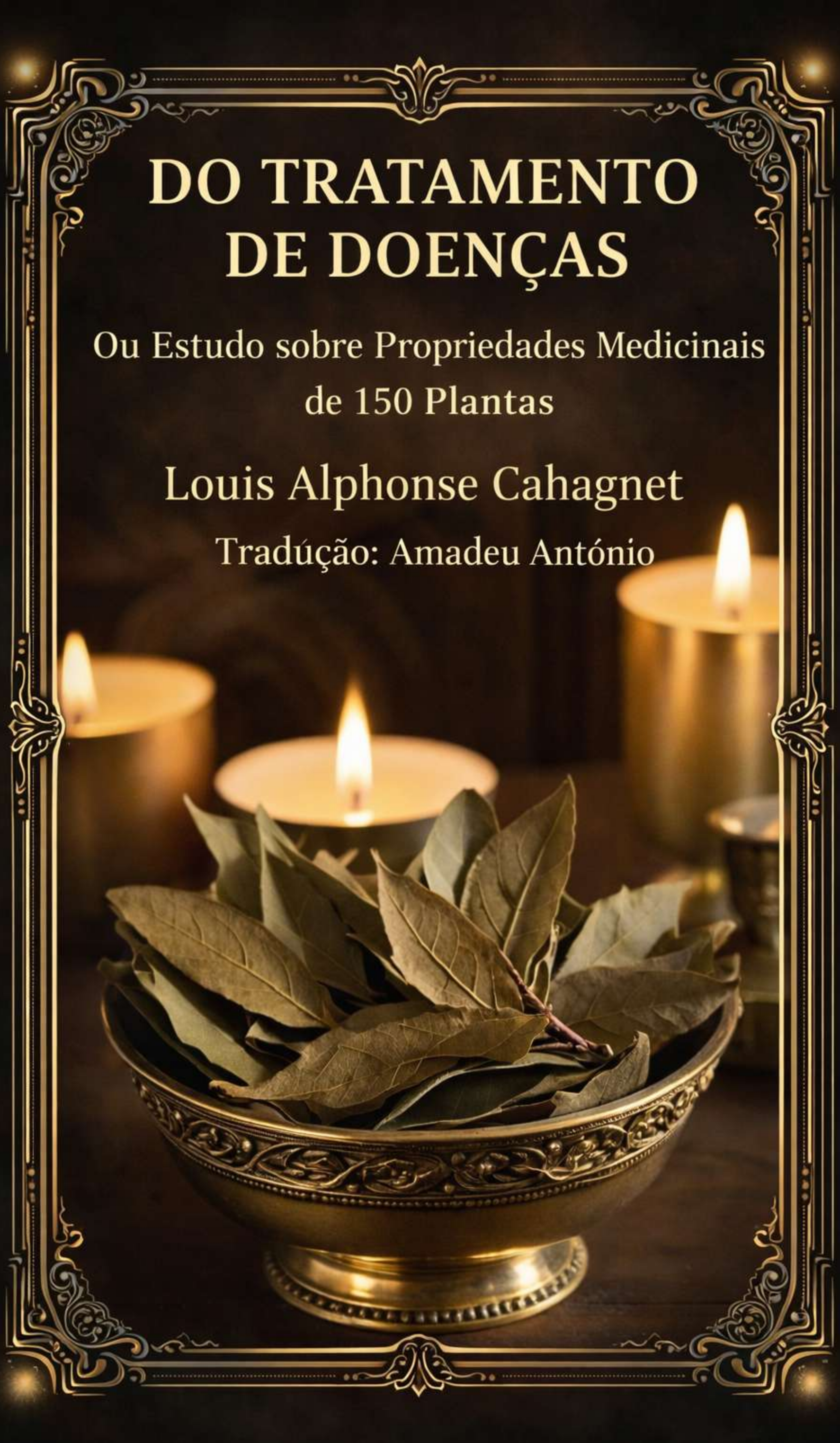
DO TRATAMENTO DE DOENÇAS

Ou Estudo sobre Propriedades Medicinais de 150 Plantas

Louis Alphonse Cahagnet

Tradúção: Amadeu António



PELA
EXTATICA ADÈLE MAGINOT,
COM UMA EXPOSIÇÃO
DOS DIVERSOS MÉTODOS DE MAGNETIZAÇÃO

L.OUIS ALPHONSE CAHAGNET

PARIS
GERMER BAILLIÈRE, BIBLIOTECA-EDITORA,
17, RUE DE L'ÉCOLE-DE-MÉDECINE
1851

13 DE FEVEREIRO

BOTÂNICA MEDICINAL
A NATUREZA E VIRTUDES DAS PLANTAS
EM QUE MOMENTOS E EM QUE CONDIÇÕES É PREFERÍVEL
UTILIZÁ-LAS

Andando Ravet a dormir muito mal, há alguns dias, fiz-lhe algumas perguntas sobre este assunto, perguntas às quais ele respondeu com conselhos que me deu, tanto sobre a maneira de o questionar como de estabelecer o silêncio absoluto ao seu redor, uma vez que nestas sessões, a que costumam assistir vários amigos, cada um fala à vontade, o que, pela grande sensibilidade da sua boa índole e o seu pouco isolamento da matéria, façam com que muitas vezes ele não consiga prestar toda a atenção necessária à voz do seu guia, e assim perder o sentido das demonstrações que lhe são feitas por este último.

Menciono esta observação por acreditar que seja útil aos magnetistas que possam ter videntes do tipo de Ravet e Binet, como diversos que já conheci. Esses videntes encontram-se, em relação à sua posição, como um ouvinte que prestaria toda a atenção ao orador cuja voz fosse abafada pelo rebuliço de uma assembleia tumultuosa. Devo igualmente observar que as perguntas demasiado

longas ou confusas cansam o vidente pelo alongamento a que obriga, uma vez que ele conhece o teor dessa questão instantaneamente. Acontece, a nosso respeito, à medida que nos encontramos no entendimento vivo disso, que apreenda muito rapidamente todas as manifestações de um instrutor, quando muitos outros não o conseguem imediatamente.

Portanto, peço a Ravet que pergunte nesse ao seu guia, se ele acredita que ele está em condições de ser conduzido pelo Espírito Galileu a algum planeta do nosso sistema solar, já que esse Espírito lhe disse, na última sessão, que lhe iria mostrar algo desse tipo. O guia de Ravet respondeu que ainda não era hora de fazer essa viagem, que deveríamos continuar os nossos estudos. Apanhado de surpresa por essa resposta, não sei o que perguntar ao vidente, nem em que aspeto devo considerar a sua observação, embora não faltem aspetos. Tive a ideia de tratar, a seguir, as virtudes das plantas.

Serão, as virtudes das plantas, mais ou menos potentes num momento do que noutro?

São.
Em que altura?
Em três épocas da sua existência.
Que épocas são essas?

O estado nascente, o estado viril e o estado da maturação.

A quem ou ao quê se aplica a força do estado nascente?

À fase de surgimento da doença ou às crianças.

A que se aplica o estado viril das plantas?
À idade viril do homem ou ao estado agudo do mal.

A que se aplica o estado de maturação das plantas?

À velhice do homem, assim como à condição crónica das doenças.

Qual é o estado emergente das plantas?

Antes da floração.
Qual é o seu estado viril?

Durante a floração.
Qual é o seu estado de maturação?

Quando se apresenta carregado de sementes ou frutas.

Qual a razão dessas diferenças de potência entre essas diferentes fases de sua vida?

Estas são as fases do *saber* que conduzem à sabedoria.

Eu poderia admitir esse sistema no caso das plantas perenes ou das árvores, mas no das plantas, cuja existência conhece apenas uma estação, onde está o conhecimento dessas plantas?

Nas três fases da sua existência que acabei de mencionar.

O arbusto que vive diversos anos não me parece mais sábio nem potente do que o arbusto que vive um ano só, pois esses dois arbustos são despojados de folhas, flores, frutos, e cada um deles tira toda a sua potência desse tipo do grande reservatório da natureza.

Isso é verdade, mas eles modificam essas agregações, assim como a velhice de um homem modifica os seus pensamentos em benefício da ordem e da sabedoria.

Então você acha que um fruto fornecido por uma árvore envelhecida é melhor do que aquela fornecida por uma mais jovem?

Sim, enquanto essa árvore tiver força produtiva, os seus frutos serão mais suculentos e, portanto, melhores.

Não será esse poder das plantas, em geral, diminuído, se não mesmo cancelado, no contacto com outras plantas de virtudes mais energéticas, como as percebemos colocadas nas prateleiras dos droguistas?

O seu poder e virtude são apenas paralisados; encontram-se, nesse tipo, como quando o homem se encontra em contacto com uma pessoa ou com uma sociedade pela qual não sente afeição e cujo contacto é contrário ao seu modo de ver; este homem apressa-se, o mais rápido que pode, a deixar esses círculos e, quando recupera a liberdade, volta a ser o que era, ou seja, nada perdeu no seu modo

de ver e de agir. As plantas passam pelo mesmo estado, mas não perdem nenhuma das suas virtudes recíprocas.

As plantas mostrarão ter virtudes superiores ao ser usadas de forma isolada ao invés de misturadas, como observamos na medicina?

Há momentos em que é necessário que várias plantas sejam misturadas para operar todas ao mesmo tempo um *impulso* que seja preciso dar. Elas agem assim de acordo com as suas virtudes em diferentes órgãos do corpo, e reduzem ao silêncio, ao mesmo tempo, os diferentes corpúsculos autores ou sujeitos da doença.

Se, no entanto, como você acabou de dizer, as plantas experimentam sensações dolorosas no contacto umas com as outras, como podemos aceitar essa união de que você fala, união que é a sua força?

É nisso que precisamos conhecer a virtude de cada uma. Se você desejar adquirir esse conhecimento, não pense que seja obra de um momento, mas de mil anos; saiba que entre as plantas existem, tal como entre os homens, poderes que comandam e dominam. São essas plantas que convém combinar às vulneráveis ou eleitas de que fala, para que cada uma atue com força e liberdade ao mesmo tempo sobre os seus inimigos. É todo um pequeno mundo, como eu lhe disse, que é poderoso pela harmonia e conhecimento que o rege, e que é turbulento e ignorante em caso contrário.

As plantas, em geral, terão algum ponto em que a sua virtude seja mais potente do que em outros pontos?

Têm; existem três principais.
Quais são?
A flor, o corpo e a raiz.

A que se destina mais em geral a virtude das flores, das plantas?

Aos problemas da cabeça do homem, a tudo que tenta erguer e eterizar.

Para que serve a virtude do caule das plantas?

Para o centro do corpo, de onde fluem todos os constituintes do corpo humano.

E a virtude das raízes, a que parte do corpo se destina?

Às partes inferiores, como as pernas. Saiba que pelo carinho que tem pela terra, na qual se deleitam, as raízes procuram sempre voltar para lá, e pela sua natureza pesada, nessa tentativa, purificam e consequentemente atraem no homem as matérias pesadas para baixo, o que alivia e confere liberdade aos corpúsculos que os rodeavam; é assim que pelos chás de ervas depurativos, que tanto agem sobre a natureza do sangue, todos os corpúsculos que lhes são estranhos saem por si próprios (ao passar pelo meio por que passa essa decocção) para aí se banharem, se lavar, mudar depositando a sujeira que os incomodava, e depois continua o seu percurso com mais vigor e mais leveza...

Repito-lhe, é todo um pequeno povo que se conhece, se busca e que se escapa. Ah! quem conseguirá entender esse belo mecanismo? E quem, além disso, o admitirá?

Você disse-me que há três épocas na vida das plantas em que elas possuem virtudes relacionadas com o seu estado; poderia dizer-me quais as plantas secas que nos trazem do exterior ou quais são as nativas?

Elas agem mais por efeito de uma relação contagiosa, no crescimento, floração e maturidade das suas congéneres do que em outras fases. Cada vez que não são estimulados pela natureza com o propósito de se encorparem e de produzir, encontram-se numa espécie de sono que paralisa parcialmente as suas virtudes.

Essas plantas são geralmente usadas em pós, chás de ervas ou infusões de álcool; qual dessas formas é a melhor?

A infusão de aguardente vínica, visto que ali se encontram num período adequado ao seu estado e à sua necessidade de eterização.

Por quanto tempo essa infusão deve ocorrer?

Vinte e quatro horas.

A quente ou a frio?

A frio.

Quais são as horas mais favoráveis para as depositar na aguardente vínica?

À noite.
Porquê mais à noite em vez de manhã?

Por ser à tarde que elas acordam do torpor do dia, e que elas derramam o seu perfume e a sua vida com mais profusão.

A noite é considerada, ao contrário, pelos savants, como muito mais inferior do que a manhã para a saúde?

O homem vive, ao contrário da flor o dia todo e dorme à noite; não se trata, pois, da mesma forma de sentir, pois a flor vive à noite e dorme durante o dia.

Essas infusões devem ser feitas dentro ou fora das casas?

Fora; é sempre necessário facilitar ao máximo o contacto do ar com o que dele necessita.

Aproximadamente que proporções devem ser preservadas para tal infusão? Suponho que um copo de aguardente de vinho em que depuro a camomila, quantas flores devo colocar nesse copo?

Cerca de quinze.

Devo deixá-los permanecer neste líquido após as vinte e quatro horas de infusão?

Não, nunca.

Que dose deverei em geral tomar dessa infusão?

Dez gotas num copo d'água.

Então você não admite infusões quentes na água?

Eu também as admito mas a planta não deve ser sequestrada pelo calor, deve infundir-se suavemente, mantendo as mesmas proporções que a aguardente de vinho. Devemos derramar um pouco de água morna sobre ela de modo a prepará-la, depois água quente e depois água a ferver; porque a cada contacto dos graus de calor, ele muda de estado. É-lhe contrário passar do estado frio para o estado quente

e a ferver. Longe de desenvolver as suas virtudes mais elevadas dessa maneira, eles são paralisadas.

Obs. O guia de Ravet interrompe-o repentinamente, dizendo: "*Chega por hoje.*"

TRATAMENTO DAS DOENÇAS POR UMA SONÂMBULA

BIOGRAFIA DE ADÈLE MAGINOT

Permitir-nos-emos, antes de entrarmos no assunto, dizer uma palavra biográfica sobre a mulher lúcida que iremos consultar. MargueriteThéodule Maginot (conhecida como Adèle) nasceu em Vitry-le-Français (Marne) em 1813, de um pai que recebeu uma boa educação, que teve a profissão de mestre calceteiro em Epernay, e de uma mãe, filha de uma família muito abastada de vinicultores de Avenay. Esta família, honrosamente conhecida e estimada em Epernay, não era das menos numerosas neste país: a mãe de Adèle teve dezoito filhos, dos quais a nossa vidente foi a décima quarta. Desde tenra idade, percebeu-se que ela era uma sonâmbula natural, o que preocupava muito a sua mãe, que a amava perdidamente; todos os médicos locais foram consultados que a recomendaram a todos os santos de renome da região: a ciência e a oração não podiam anular essa propriedade considerada uma doença.

Quanto mais Adèle crescia, mais esse estado se desenvolvia: ela levantava-se pela noite para ajudar nas tarefas domésticas, ia à padaria preparar o pão ou a roupa, depois voltava para a cama como se não a tivesse deixado. Nenhuma das suas irmãs queria dormir com ela, por ela as assustar tanto com as suas andanças noturnas. Uma noite, entre outras, ao se levantar, caiu e quebrou o pulso direito, facto esse que não a acordou; muitas foram as aventuras diferentes lhe aconteceram dessa maneira. Quando ela estava em idade de casar, a natureza mostrou-se muito preguiçosa e Adele ficava constantemente doente. Era uma virgem de cera que vagava mais do que caminhava pelas ruas de Epernay, geralmente atraindo a si a compaixão de todos que a viam; finalmente a saúde prevaleceu sobre a doença volvidos dez anos de sofrimento, e agora ela é uma mulher de temperamento muito robusto e corpo muito desenvolvido.

Ela veio viver para Paris após ter perdido grande parte da sua família; foi nesta cidade que a conheci em 1843. A forma como nos conhecemos é a de todos os magnetizadores que falam do sonambulismo em sociedade: na primeira magnetização ela caiu no sono e na quarta tornou-se vidente lúcida; ela nunca tinha sido magnetizada e só conhecia o magnetismo de nome. Reunindo todas as melhores qualidades de um bom sonâmbulo, reconheci que ela tinha duas especialidades de estudo, a *psicologia* e a *medicina*.

Adèle é uma mulher muito simples, de espírito justo, mas que não recebeu qualquer educação; no seu estado de vigília ela foge toda vez que falamos sobre psicologia na frente dela, sem entender que se possa gostar de um estudo tão abstrato; ela não suporta qualquer livro que trate dessas questões, e ainda assim pudemos ver como ela as aborda nos seus sonhos magnéticos, por meio dos *mistérios da vida futura revelados*. Neste livro, falaremos apenas da sua *especialidade médica*.

Tendo ela mesma sofrido muito, ela sentiu melhor do que qualquer outra todo o valor do alívio obtido por qualquer bom remédio, qualquer que seja; por isso, ela só fica feliz quando procura esse remédio com um bule de chá de ervas na mão ao lado da cama de um doente. Aí, não é mais uma mulher comum, todos os seres sofredores são seus irmãos sem distinção: nada reluta em fazer para os *socorrer*, consolar, mimar.

Ninguém poderá falar disso melhor do que eu, embora centenas de outros tenham o direito de dizer o mesmo em centenas de circunstâncias diferentes e fora do âmbito do magnetismo. Eu conheci-a como enfermeira, ela irá morrer enfermeira, embora nunca tal status tenha sido o seu, que é o de costureira; mas é o status do seu coração.

Com tais disposições, poderia ela ser menos humana durante o sono do que no seu estado de vigília? Sim: mas felizmente o sonâmbulo ainda supera a mulher desperta. O que acabo de dizer não é de forma alguma um gesto lisonjeiro da minha parte, é uma justiça que faço sinceramente à mulher que a merece. Que Deus me impeça de me extraviar disso! A minha intenção não é mencionar aqui todo o bem que ela fez; nesta circunstância, ela foi a agente de Deus: que ela sempre mereça essa nobre missão! Nunca a vi sorrir mais para os ricos do que para os pobres; um agradecido aperto de mão deste parecia-lhe tão bem-vindo quanto alguns insignificantes sinais de agradecimento dados com pesar.

Eis em poucas palavras a história da mulher que vai nos instruir sobre a virtude e a aplicação de um certo número de plantas que ela estudou a fundo durante o seu sono magnético e das quais devemos esperar afortunados resultados.

MEDICINA ESPIRITUALISTA

A alma humana, este *universo* espiritual materialmente *atomizado* por um pensamento de amor, desce dos céus para bater à porta do nosso mundo, envolta numa substância leitosa, como num vestido de noiva para contrair um hímen necessário, sem dúvida, com as nossas alegrias, as nossas dores, as nossas virtudes e os nossos vícios! É assim que ela sai do seio de Deus! Olhem para ela, estudiosos materialistas, que a querem ver e acreditar, que negam a sua futura imortalidade, diante da sua imortalidade anterior. Saibam que neste átomo impercetível que se oferece aos nossos olhos, há uma *centelha divina* imersa numa *gota de leite* que vem precipitar-se numa *gota* de *sangue!*

Três corpos em um, palpáveis e visíveis aos seus olhos, um de *carne*, um outro *leitoso* e um terceiro Divino, o que os extáticos chamam *corpo material, espiritual e diáfano*. Saibam que este átomo contém no seu seio os poderes de atração que poderão agregar (sem que vocês lhe metam a mão) outros átomos, agrupá-los cada qual no seu lugar para formar um corpo palpável que em poucos meses vocês designarão *Homem*, *e* que esse homem extrairá dele outros homens que serão em tudo semelhantes a ele, em número suficiente para povoar o nosso globo, o que vale a descobrir o todo em um.

Conforme os materiais de que esse átomo poderá dispor para compor a sua morada corporal, conforme a sua existência neste mundo, conforme a pureza dos sucos que entrarão nessa construção, serão as suas alegrias ou os seus sofrimentos. Esse átomo da ALMA só pode envergar o que ela encontra disponível neste laboratório escuro onde ela fica trancada por nove meses; só pode enriquecer-se em meio aos tesouros que aí encontra. Que Deus a proteja, na elevação desse edifício humano, porque se as paredes não forem bem cimentadas, ela chorará lágrimas de sangue!...

Este simples olhar lançado sobre a nossa entrada preparatória neste mundo é suficiente para nos levar julgar que consoante o período de menstruação, consoante o espírito que dele destilar: algumas gotas de *sangue!* isso é o que a alma encontra em primeiro lugar para viver na nossa terra! Algumas *lágrimas*, é

o que ela encontra para sair dela!... A essas poucas gotas de sangue se resume a sua vida terrena: se for puro, colherá felicidade; se for viciado, pobre dela!...

Desse sangue ela extrairá ossos, nervos, músculos, carne; finalmente, uma máquina material na qual os três reinos terão cada um depositado um óbolo das suas riquezas. Eh! o quê, de algumas gotas de sangue sairão partes duras e moles, tal bílis ardente e tal leite doce, ervas que chamamos de *cabelos*, e aqueles diamantes brilhantes que chamamos de *olhos*. Ah! Vale a pena estudar essas poucas gotas de sangue, por ser para essa matéria-prima, para esse período humano, que devemos voltar a nossa atenção.

A alma encontra nesse rio vermelho no qual se banha as substâncias materiais de que necessita e encontra nesses ramos delicados e complicados que a envolvem, a que chamamos *nervos*, o fluido vivificante que a liga à pátria que ela deixou a aquele em que ela vem habitar. Para que essas duas fontes da sua existência, esses dois administradores das suas propriedades sejam tão puros quanto harmoniosos, e o computo das suas contas seja perfeito e não falhe na sua missão.

Sim, com um sangue puro e bons nervos, os a sua propriedade serão rica, e toda a sua administração corporal ficará satisfeita com a sua situação. É, pois, para lhes dar o que os três reinados lhes recusaram nesta construção lascada, desde o nascimento, que vamos pedir-lhes o apoio solidário da sua fortuna para fazer passar estas duas grandes fontes do seu organismo tão facilmente quanto possível esta provação terrestre.

Desejamos ver a sua virtude verificada pela luz do espírito em estado de *sonambulismo* e não acreditávamos que poderíamos nos dirigir a este assunto melhor do que a uma mulher lúcida cuja especialidade conhecíamos. Todas as plantas que vamos referir foram testadas por nós. Temos Deus por testemunha de quanto sofrimento foi curados ou apaziguados pela simples aplicação de uma delas!

Quanta felicidade temos experimentado diante dos resultados que temos obtido! É com o propósito de divulgar o conhecimento que nos comprometemos a publicar esta pequena obra, que queremos colocar ao alcance de todos os orçamentos e de todas as inteligências. Nenhuma questão de interesse nos guiou jamais, de contrário não agiríamos assim, mas sim o amor dos nossos semelhantes, que não se identificam connosco por força da distância, e querermos encontrar no seu lar doméstico, para lhes dar algum alívio, se

pudermos. Que Deus nos ajude e nos ilumine nesta tarefa além das nossas forças e do nosso conhecimento!

QUESTÃO:

POR QUE A VIDENTE NÃO CURA TODAS AS DOENÇAS?

A nossa intenção ao publicarmos este pequeno formulário de saúde não é o de privar a medicina comum da vossa consideração, nem lançar dúvidas sobre o seu conhecimento; longe de nós está tal ideia. Respeitamos e admiramos o génio e o talento onde eles existem; sabemos que se o médico não é mais afortunado nas suas curas, não é da iluminação nem do amor dos homens que ele sente falta, mas de uma *luz* que não é dada ao homem material de conhecer neste estado.

A nossa intenção ao publicar este pequeno formulário sobre a saúde não é retirar à medicina tradicional o seu prestígio, nem pôr em dúvida o seu conhecimento; longe de nós tal pensamento. Respeitamos e admiramos o génio e o talento onde quer que se encontrem; sabemos que, se o médico não é mais bem-sucedido nas suas curas, não é por lhe faltarem luzes ou amor pelos homens, mas sim por carecer de uma luz que não é dada ao homem material conhecer neste estado.

Não posso ver com os meus olhos o que vejo com óculos, nem com estes o que vejo com um telescópio, e muito menos com a visão sonambúlica. Só posso dispor dos meios de observação que possuo; se estes se dirigem a um alvo errado, é evidente que não atingirei o objetivo desejado. Isso faz de mim um ignorante ou um culpado? Certamente que não; a minha consciência é pura, a minha intenção é boa, os meus estudos são diligentes; fiz o meu dever. Eis o que

deve dizer a si mesmo o médico honesto que pratica segundo a ciência das escolas reputadas e segundo o seu bom coração.

Não pretendemos de forma alguma diminuir a estima e o reconhecimento de que é digno; a nossa única intenção é oferecer-lhe este trabalho, ainda que incompleto e modesto, tal como a todos os homens em geral. Que as suas vastas competências possam aqui encontrar algumas informações úteis! O arquiteto que constrói um monumento não o poderia fazer sem o auxílio dos operários que lhe transportam os materiais necessários; tal é a nossa posição face à medicina. Trazemos a nossa parte dos materiais, que ela se digne aceitá-los e fazer com eles o que entender.

Um dia, dizia eu a Adèle, em sono magnético, Deus deve ter criado o positivo e o negativo de todas as coisas, visto que não há uma única observação humana que não represente essa dualidade universal sobre a qual parecem repousar o equilíbrio e a harmonia da criação. Tudo tem um ponto de partida e tudo tem um objetivo; portanto, para cada doença deve haver um remédio. É verdade que a dor só tem um fim certo, que é a morte, que talvez seja o melhor, pois significa o fim de todas as outras; mas como esse antídoto é conhecido apenas por Deus, ocupemo-nos daquele que deve existir para as demais. Porque razão um clarividente não encontra imediatamente o remédio capaz de curar a doença a que se aplica? Não seria essa a prova da superioridade do seu conhecimento sobre o dos seus semelhantes?

Adèle respondeu-me: Um clarividente só pode o que Deus permite. Ele só conhece o que é útil conhecer. Embora esteja em contacto com todos os conhecimentos possíveis, só pode aceder a eles passando pelos caminhos que conduzem à sua essência; tudo na natureza está sujeito a leis que nenhum ser pode transgredir. Cada doença tem o seu remédio, assim como cada dor tem a sua consolação; mas esse remédio só se apresenta quando chega o seu momento, se tiver de ser precedido por dez outros. Tal como cada sofrimento só encontra alívio perante um quadro que o transcende ou uma história que o suplanta.

O clarividente nem sempre se encontra no estado em que estou hoje, ou seja, verdadeiramente LÚCIDO; um mal-estar, uma falha na circulação do sangue ou dos fluidos pode lançá-lo numa atonia, numa inércia que aprisiona os seus

pensamentos. Esses casos são frequentes e influenciam grandemente a luz com que vemos; essas causas, por mais insignificantes que pareçam, paralisam os nossos estudos e perturbam o nosso juízo.

Muitas vezes, é-nos apresentada uma série de plantas que devem contribuir para a cura de uma doença, mas parece-se querer estimular assim a nossa faculdade, deixando-nos escolher a planta necessária. Nesse caso, sentimos receio e ansiedade para conhecer o efeito da nossa escolha, e apressamo-nos a rever o doente mais cedo do que faríamos noutra circunstância.

Outras vezes, as plantas que devem ser utilizadas para determinada doença aparecem-nos sucessivamente, uma após outra, até à última; aí, a nossa escolha está praticamente determinada, somos forçados a aceitá-la. Aqueles a quem essas plantas não são mostradas recebem a indicação dos seus nomes, o que acaba por ter o mesmo efeito.

Num estado superior, alcançado pela oração, essa oração de amor nem sempre pode ser compreendida, sentida ou realizada. Então, apresenta-se-nos apenas a planta que deve curar; a nossa prontidão em recomendá-la e a segurança com que asseguramos a cura provam que atingimos o alvo.

É lamentável que nem sempre se entre nesse estado, que nem sempre se esteja preparado para ele, ou que nem sempre se seja digno dele; não haveria mais sofrimento. Assim, vês como tudo está encadeado neste estudo, como em todos os outros. Há decretos que é preciso respeitar. Há curas que é necessário MERECER. Há conselhos que só devem ser dados àqueles que são dignos de os receber.

O clarividente pode conhecer tudo, assim como um literato pode conhecer todas as obras escritas na sua língua, mas cada coisa tem o seu tempo. Só Deus conhece o fim de tudo instantaneamente; o homem apenas o conhece pelo estudo, e mesmo assim apenas quando lhe é permitido.

Que poderia eu objetar à humildade e à lógica desta resposta? Nada. Procuremos estudar com proveito, é a única atitude que nos resta tomar; procuremos merecer algum alívio para os nossos males, é o único bem que podemos ambicionar.

Para tornar o nosso trabalho o mais claro possível, iremos dividi-lo em três partes. A primeira conterá a nomenclatura, organizada alfabeticamente, das plantas que recomendamos, bem como as suas principais propriedades sobre os humores e o organismo humano. A segunda apresentará uma lista das doenças mais comuns para as quais essas plantas são aplicáveis, isoladas ou combinadas. A terceira conterá um índice alfabético duplo, tanto dos nomes das plantas como das doenças mencionadas.

Os nomes das plantas que seguirão cada artigo sobre as doenças são aqueles cujas propriedades particulares se aconselha consultar e cuja aplicação se deve avaliar. Com um pouco de estudo, pode-se suprir qualquer informação em falta. Que cada um esteja bem ciente de que não é a quantidade que faz a qualidade de uma coisa qualquer; que a paciência e a suavidade no tratamento são preferíveis à impaciência e ao desespero; que nunca se deve saltar de um remédio para outro apenas porque o seu efeito parece pouco percetível. A sua lentidão não anula a sua ação; é sempre necessário avaliar a condição presente para compará-la com a anterior.

É desse julgamento sensato que depende a cura. Não se deve também criar hábito aos remédios, pois isso anula o seu efeito. Beber pouca tisana, prepará-la sempre muito fraca e confiar na sua virtude são três observações úteis. Nunca empregámos remédios heroicos; por isso, quando não conseguimos curar, obtivemos pelo menos alívio e nunca causámos dano. Nenhuma das plantas que recomendamos é prejudicial à saúde, pois é na suavidade das suas propriedades que reside a calma procurada; se houver um erro, as consequências não serão desastrosas; ao contrário, com os remédios heroicos, acredita-se muitas vezes estar a curar uma doença quando, na verdade, se originam outras dez ainda piores do que a primeira.

Nunca admitimos a perda de uma gota de sangue, pois isso significa retirar a vida pouco a pouco, precisamente onde ela já é escassa; o mau sangue não se elimina nem por sangrias nem por sanguessugas; a lanceta não pode alcançá-lo onde ele realmente está, e as sanguessugas não o procuram. Sempre o dissolvemos e eliminámos através do uso de plantas apropriadas para esse efeito. Quando ele apenas causava desconforto pela sua estagnação, fizemo-lo circular através do magnetismo; não acreditamos que alguém possa morrer de uma congestão sanguínea, de uma febre cerebral ou de uma pneumonia

enquanto houver perto de si dois braços firmes determinados a restabelecer a circulação.

Nunca abrimos uma ferida com vesicatórios, emplastros, etc. Apresámo-nos a fechar aquelas que já estavam abertas, pois consideramos que são um fardo desnecessário e que a nossa humanidade nos obriga a curá-las. A natureza já dotou o corpo com portas suficientemente amplas para a eliminação dos humores, sem que precisemos de lhe abrir outras; uma simples sudação, assim como uma dose de arnica, equivalem a uma sangria; uma evacuação intestinal adequada é melhor do que um vesicatório ou do que setões; uma urina abundante vale mais do que uma sonda.

Suavidade onde há sofrimento, harmonia onde há desordem, essa é a nossa máxima; confiança em Deus, essa é a nossa fé. Repetimos para sermos bem compreendidos: purificando o sangue e acalmando os nervos, as doenças orgânicas crónicas deixam de ser possíveis; apenas restam os acidentes, para os quais só Deus pode prover um remédio.

É evidente que não tivemos a intenção de escrever uma obra científica; não temos nem a instrução nem os recursos que tal empreendimento exige; também não ousámos acreditar que os nossos estudos estejam isentos de qualquer necessidade de revisão. Isso seria demasiado orgulho e, ao mesmo tempo, demasiada felicidade da nossa parte.

O que há de certo e estável nesta terra, onde a mão que pensa alcançar o objeto do seu desejo desaparece com ele no turbilhão dessa grande atração da ETERNIDADE? Qual pensamento do amanhã produz a mesma sensação que o do dia anterior? Qual forma não perdeu ou adquiriu, em apenas uma hora, uma molécula da sua individualidade? Qual poder, benigno ou tirânico, não foi substituído por um outro, semelhante ou oposto?

Se tudo avança para o progresso das ideias, como asseguram alguns filósofos, o mesmo não se pode dizer de todas as formas materiais da natureza: os reinos vegetal e animal mirram, a sua seiva seca, o seu aroma abandona uma atmosfera onde a sua essência celestial se dissolve em substâncias gasosas que atravessaram outros meios para produzir outros efeitos.

Quanto mais os tipos envelhecem no tempo, mais fundem a sua individualidade nas individualidades que os rodeiam. A pétala virginal dessa flor benéfica e harmoniosa encontra-se manchada, confundida, misturada, absorvida por outra, cuja função é destruir, decompor, desunir e perturbar. Tal doença já não está nas suas condições típicas; está sufocada por cem vírus que multiplicam por cem as suas dores.

O que combater? Onde está o mal? Onde está o remédio? Homens e ciência só podem fazer o máximo dentro do impossível; é isso que tentamos fazer da nossa parte, deixando aos mais instruídos do que nós a tarefa de nos completar, corrigir, e aos doentes a de nos ouvir naquilo que acreditamos ser o melhor para eles. Nas trevas, uma vela substitui um sol; na dor, uma consolação vale tanto quanto uma cura.

PRIMEIRA PARTE
PROPRIEDADES MEDICINAIS DAS PLANTAS

Use-as, mas não abuse delas.

Absinto. O vinho ou a infusão leve, tomados em jejum pela manhã, eliminam os vermes do estômago, tonificam esse órgão, estimulam as suas papilas e, consequentemente, o apetite, expulsam suavemente a bílis e moderam a sua acidez; é bom para as dores no lado direito, doenças do fígado e acalma a agitação do cérebro.

Acier. Bola dita de Nancy. Agitada durante alguns minutos num copo de água pura e bebida de manhã e à noite, fortalece o sangue e dissolve os depósitos sanguíneos internos, resultantes de golpes ou quedas.

Mencionamos este mineral misturado aos vegetais porque o experimentámos e, do ponto de vista científico, o mineral, o vegetal e o animal são apenas produtos de uma única substância, cuja especialidade foi determinada pelos meios pelos quais passaram.

Aloés. Purgativo heroico adequado a temperamentos sanguíneos, mas não nervosos; destrói os vermes, elimina a bílis, os mucos e os humores retidos, cicatriza as úlceras intestinais. Deve ser tomado numa pequena dose entre duas fatias de sopa ou de compota, mas apenas depois de uma preparação prévia com alguns caldos de ervas. Fora disso, pode causar grandes distúrbios num ramo nervoso ligado ao intestino grosso, na virilha esquerda, e provocar aquilo a que se chama uma doença nervosa ou, mais precisamente, uma febre nervosa difícil de extinguir; bem aplicado, é muito eficaz.

Angélica. Infusão. Elimina e destrói os gases e os vermes, é ligeiramente aperitiva; as suas folhas, esmagadas e aplicadas sobre cortes, cicatrizam-nos rapidamente.

Anis. Infusão. Expulsa os gases, acalma as palpitações causadas por vapores que sobem ao coração, dissipa os inchaços gasosos do ventre e aquece o estômago; pode ser tomado à vontade.

Artemísia. Infusão. Boa contra atrasos menstruais; acelera a circulação sanguínea, alivia dores musculares, tonifica o estômago.

Arnica. É muito eficaz para tratar as consequências de quedas de qualquer natureza, tanto internamente como em compressas; faz-se uma infusão com uma pequena quantidade para um copo de água e, depois de bebê-la ou aplicá-la, deve-se caminhar um pouco ou movimentar-se o máximo possível. É uma das plantas mais estimulantes que conheço e sempre indispensável como precaução após qualquer acidente e durante vários dias.

Espargos. Decocção. Indicada para inflamações da bexiga conhecidas como ardor urinário ou dificuldade em urinar.

Espinheiro-branco. Infusão. Contra a epilepsia e convulsões nervosas. Este arbusto, devido às asperezas dos seus ramos, evita a ação dos raios ao absorver a eletricidade do ar que o rodeia, não de forma concentrada, mas dispersa. No corpo humano, tem a mesma capacidade: descarrega os nervos do excesso de fluido que os agita. Uma pitada das suas flores para um copo de água; tomar à noite antes de dormir.

Aveia. Decocção. Uma mão cheia para um litro de água. Um copo em jejum revigora o estômago, estimula o apetite, desobstrui os órgãos internos e limpa os intestinos das matérias fecais acumuladas.

Bardana. As suas folhas, aquecidas num fogo forte e aplicadas sobre articulações afetadas por gota ou sobre zonas do cérebro com dor, proporcionam grande alívio; quando aplicadas na cabeça de crianças com suspeita de acúmulo de líquidos no cérebro, absorvem-nos e curam-nas. A sua raiz, em decocção, é depurativa.

Beladona. Infusão. Refrescante muito suave, estimula a evacuação da bílis e prepara o organismo para purgações.

Betónica. Infusão das flores ou folhas. Boa contra irritações nervosas resultantes de doenças nervosas disseminadas pelos nervos finos, causando pensamentos sombrios e perturbadores no cérebro. Um copo de manhã e outro à noite.

Beterraba. Boa em salada para problemas pulmonares; em xarope, é um excelente remédio para constipações persistentes, tomada às colheradas nos momentos de crise.

Centaurea (flores). Infusão. Uma pitada para um litro de vinho tinto; muito eficaz para aliviar as dores do parto; a sua água destilada é excelente para tratar inflamações das pálpebras quando usada em compressas.

Verbasco. Infusão. Indicada para constipações, liberta os pulmões das mucosidades acumuladas e refresca o peito; pode ser misturada com um pouco de leite. Deve ser tomada um copo de manhã e outro à noite.

Borragem. Infusão. Facilita as digestões difíceis à semelhança do chá, é ligeiramente sudorífica e estimulante.

Bolsa-de-pastor. Infusão ou água destilada. Usada contra inflamações do globo ocular causadas pela estagnação e aglomeração do sangue nos capilares que o revestem; faz o sangue circular e refresca rapidamente o órgão. Deve-se banhar os olhos numa pequena taça ou colher, abrindo bem as pálpebras como se olhasse para o fundo do recipiente; na falta de banhos, podem-se aplicar compressas.

Buglossa. Infusão das folhas. Bom depurativo, ligeiramente aperitivo, excelente contra palpitações do coração e reumatismos. Tomar de manhã e à noite.

Cacau. Como alimento, é muito tónico, suavizante e calmante; adequado para estômagos fatigados.

Café. Infusão. Estimulante e calmante, alegra o coração e as ideias, afasta a enxaqueca; é ligeiramente narcótico para certos temperamentos, mas pode ter efeitos contrários noutros. Deve ser administrado com precaução, variando desde uma leve tintura até à essência, conforme a sensibilidade do indivíduo.

Coalhada. Infusão. Boa contra epilepsia, agitações e fraquezas nervosas. Tomar de manhã e à noite.

Camomila-romana. Infusão. Boa para limpar o estômago e os intestinos dos insetos que aí proliferam; também elimina a bílis, estimula o apetite, cura corrimentos vaginais, acalma cólicas e cãibras estomacais. Tomada oportunamente ou em jejum pela manhã, dissipa vapores que sobem ao cérebro e fortalece as ideias. O seu óleo, preparado ao infundir uma mão cheia das suas flores em azeite morno, é excelente para fricções contra cãibras e dores nervosas; embebido numa faixa quente e colocado à volta do pescoço, cura a rouquidão. As infusões não devem ser demasiado fortes: três flores para um copo de água, pois o uso excessivo desta planta pode ter efeitos adversos.

Cânfora. Em geral, é um bom tónico nervoso, refrescante do sangue e calmante de primeira ordem, mas não convém a todas as naturezas nervosas, podendo irritá-las. Isso ocorre porque estas doenças precisam mais de eliminar fluidos em excesso do que de adquirir novos. Quando o seu aroma incomoda, não se deve usá-la. É antipestilencial e amplamente utilizada para purificar desde o ar dos aposentos até o das feridas ameaçadas de gangrena. Pode ser derretida em banha para fazer uma pomada excelente para fricções, bubões e inchaços.

Também se prepara um óleo com efeitos semelhantes, usado para friccionar dores locais, gota e reumatismo. Não deve ser usada em excesso.

Canela. Infusão em vinho tinto, uma boa pitada para um litro. Acelera a circulação sanguínea, é ligeiramente sudorífica e tonifica o estômago. Tomar um copo ao longo do dia.

Cabelos-de-vénus. Infusão. Usado contra inflamações e congestões pulmonares; este precioso sudorífico estimula a micção quando outros a reduzem. Pode ser bebido à vontade.

Cenoura. Decocção ou cozida como alimento. Separa a bílis do sangue, facilita a sua eliminação, combate a icterícia e é muito refrescante. Tomar três copos por dia da sua decocção. A flor da cenoura-brava, cozida lentamente em banho-maria com manteiga fresca, é excelente para fricções contra dores reumáticas e de gota. Este remédio é conhecido na região de Champagne e foi apresentado a Adèle em estado de sono, que o aprovou e aplicou imediatamente.

Groselha-negra. O licor feito do seu fruto é muito tónico para o estômago; a infusão das folhas neutraliza a acidez gástrica e, à semelhança da magnésia, absorve os ácidos no estômago. Tomar um copo de manhã e outro à noite.

Aipo. Em decocção ou a raiz cozida como alimento, cura corrimentos vaginais, cálculos urinários, elimina gases e inchaços. Cru, não possui as mesmas propriedades.

Centáurea-menor. Infusão. Excelente depurativo; separa lentamente a bílis do sangue, limpa o fígado de obstruções, manchas ou pústulas que o afetam e que causam várias doenças perigosas, manifestadas por pontadas no lado direito, sob as últimas costelas. Fortalece o estômago ao eliminar mucosidades e melhora a circulação sanguínea, desobstruindo os intestinos, refrescando a urina e os fluidos, acalmando os nervos ao regular a temperatura do sangue e reduzindo as febres mais persistentes. É uma planta que deveria ser amplamente utilizada para doenças crónicas, mas não é suficientemente conhecida nem valorizada. Deve-se tomar uma infusão leve de manhã em jejum. Também pode ser tomada com um pequeno copo de licor de vinho tinto, no qual uma boa mão cheia da planta foi infundida durante pelo menos vinte e quatro horas. Este vinho é usado para febres persistentes.

Salsa-de-caça. Infusão em caldos. Refrescante, dissolve congestões biliares, mucosas e sanguíneas.

Cerejas. As hastes em decocção são usadas contra retenção urinária e ardor ao urinar. Seis hastes para um copo de água. Tomar de manhã.

Cânhamo (flores). Infusão. Calmante e narcótica, muito boa contra insónias, agitação nervosa e impaciência; pode ter efeito contrário em algumas pessoas, devendo ser testada. Tomar um copo à noite.

Chenette (flores). Infusão. Pode substituir ou alternar com a centáurea-menor, tendo as mesmas propriedades; misturadas, aumentam a sua eficácia.

Madressilva. Infusão. Excelente calmante contra espasmos estomacais. Pode ser tomada à vontade.

Chicória-brava. Infusão. Expulsa a bílis do estômago e estimula o apetite. Tomar de manhã em jejum.

Grama-dos-campos (Escalracho). Decocção. Boa para os primeiros sinais de cálculos renais, doenças da bexiga e retenção urinária. Sendo muito fria, não deve ser usada em excesso para evitar danos noutros órgãos. Tomar um copo de manhã.

Limão. Infusão quente e não fria como na limonada. Um limão cortado em rodelas para um litro de água com açúcar a gosto. Esta infusão refresca o sangue aquecido, elimina vermes e a bílis, dissipa pensamentos negativos, alegra o coração, acalma temperamentos coléricos e relaxa os nervos, ao mesmo tempo que estimula o apetite. O seu sumo é um ácido altamente incisivo, e a sua casca tem propriedades vermífugas e estimulantes. Esta tisana é muito benéfica para sangue espesso e impuro, mas deve ser consumida com moderação. Assim que causar refluxo ácido ou cãibras no estômago, deve ser interrompida. Pode ser bebida à vontade, mas sempre com pelo menos uma hora de intervalo antes e depois das refeições.

Marmeleiro. O fruto infundido durante vinte e quatro horas em vinho tinto é eficaz contra a disenteria e a icterícia.

Pepino. Cozido. É um excelente alimento que refresca e suaviza o calor do sangue; cru, não possui as mesmas propriedades.

Papoila (flores). Infusão leve. Estimulante, útil para hemoptises, contrações brônquicas e congestões sanguíneas na parte superior do corpo. Ligeiramente narcótica, é recomendada contra insónias e tosse convulsa em crianças, além de eliminar pequenos vermes no estômago.

Agrião. Consumido em salada, na primavera e em jejum, é soberano contra problemas sanguíneos escrofulosos e venéreos. Excelente depurativo.

Tâmaras. Decocção suavizante e refrescante, geralmente combinada com figo gordo, jujuba e uva passa em partes iguais, formando uma excelente bebida contra inflamações, fadiga e fraqueza pulmonar. Pode ser adoçada com açúcar-candi. Beber à vontade.

Aguardente canforada. Aplicada externamente em fricções, trata inchaços causados por problemas nos nervos, músculos e tendões, como entorses e distensões. Fortalece os nervos enfraquecidos, assim como as fibras musculares e papilas. Algumas pessoas não suportam o seu cheiro; em casos de nervosismo, deve-se evitar usá-la, pois pode irritar. Em qualquer tratamento, não se deve substituir um mal por outro maior, mas sim ajustar o remédio ao gosto e à necessidade do paciente. Algumas gotas de aguardente canforada numa bacia de água são altamente refrescantes para banhos de higiene, acalmando e purificando as zonas íntimas.

Água sedativa. Usada em loções, restaura a circulação, acalma febres intensas do sangue e atua como estimulante eficaz contra congestões sanguíneas, sendo especialmente útil em compressas ou loções aplicadas em áreas inflamadas que suportem a sua ação vigorosa. (1)

Celidónia. Usada em cataplasmas, acalma as inflamações dos intestinos e cicatriza úlceras. O seu suco aplicado às verrugas várias vezes, um copo pela manhã e à noite.

Roseira-brava. A decocção do fruto e compotas. É bom contra as disenterias e as diarreias de todo tipo. Em compota, 14 gramas numa tranche de pão, e em decocção, um copo pela manhã.

Elixir antimuco. Falaremos deste elixir, autorizados pela sua longa aplicação tanto em adultos quanto em crianças. Admitimo-lo geralmente nas seguintes proporções e condições: para crianças, às quais dedicamos todo o nosso afeto, pequenos seres escrofulosos e raquíticos, com o olhar apagado sob o peso de humores que inflamam os seus frágeis organismos, paralisando-lhes a inteligência e as ações; só alguém que nunca sofreu ou que seja o cúmulo do egoísmo – que nem os animais possuem – poderia recusar-se a ajudar essas inocentes criaturas, que deveriam estar ainda impregnadas do fluido celestial, mas que, ao invés, vivem numa atmosfera onde as paixões mais baixas deixaram seus venenos.

É nesse momento que o homem deve ser tratado e purificado do futuro sombrio que o aguarda, causado pelo veneno que lentamente o consumirá durante toda a sua existência. Assim, apressamo-nos a estender a mão a esses irmãos deserdados da vida; esse é o desejo do nosso coração e o dever da nossa alma.

Este elixir é bem conhecido; consideramos oportuno incluí-lo entre as plantas simples. Deve ser administrado a crianças da seguinte forma: uma colher de sopa pura ou diluída em meio copo de água pela manhã, conforme a idade e a facilidade de ingestão. O tratamento segue um ciclo de três dias consecutivos, seguido de três dias de pausa, repetindo-se até atingir vinte e sete dias de medicação e vinte e sete dias de intervalo, num total de cinquenta e quatro dias.

Para preparar o organismo, recomenda-se administrar uma infusão leve de folhas de saponária três dias antes do início do tratamento e continuar com essa infusão nos dias em que o elixir não for tomado. Se a condição da criança melhorar antes do final do tratamento, pode-se interrompê-lo e ajustá-lo conforme a idade e a gravidade da doença. No caso de escrofulose grave, o tratamento deve ser prolongado ou repetido quantas vezes for necessário. Para adultos, a dose pode chegar a três colheres de sopa por dia, seguindo as mesmas condições aplicadas às crianças.

Espinafre. Como alimento, é suavizante e refrescante, ajudando na digestão e no funcionamento intestinal. Em clisteres, tem os mesmos efeitos.

Estragão. Usado na alimentação, combate vapores gástricos e facilita digestões difíceis.

Favas-de-brejo. As cascas são muito eficazes, em decocção, contra cálculos renais, ajudando a eliminar areia da bexiga. Usa-se uma mão cheia por litro de água, bebendo três ou quatro copos por dia. Este remédio tem mostrado excelentes resultados.

Figos gordos. Infusão muito suavizante para inflamações na garganta e na boca. Podem também ser aplicados externamente, em cataplasma, sobre a garganta.

Morango (raiz). Decocção muito refrescante, indicada para ardor nas vias urinárias. Tomar de manhã.

Fraxinela (folhas). Infusão eficaz contra irritação e coceira na garganta causadas por vermes. Excelente vermífugo e poderoso agente contra congestões intestinais. Tomar um copo em jejum.

Fumária. Infusão. Indicada para inflamações intestinais, gases e dores de estômago. Deve-se preparar uma infusão com uma mão cheia da planta em caldo de vitela e tomar dois copos por dia.

Genciana. Licor. Um pequeno copo após as refeições elimina gases. Apetitiva e tónica.

Cravinho. Adicionado aos alimentos, acalma o estômago e facilita digestões difíceis.

Aveia (tipo bretão). Muito suavizante para doenças pulmonares e estômagos debilitados. Deve-se cozinhar bem uma colher de sopa da planta num litro de água, coar e misturar com um pouco de leite. Tomar de manhã e à noite.

Malvaísco (flores). Infusão. Especialmente suavizante para estômagos irritados, ajuda a eliminar mucosidades. Pode ser consumido livremente. A raiz, fervida por dez minutos, produz um leite excelente para gargarejos, cataplasmas e lavagens intestinais. A farinha da raiz, usada em cataplasma, tem efeito calmante e refrescante.

Visco (de carvalho). Decocção eficaz contra todos os tipos de doenças nervosas, epilepsia, convulsões e irritações. Tonifica os nervos e restabelece a circulação dos fluidos. Deve ser tomado de manhã e à noite.

Visco (de olmo). Possui as mesmas propriedades do visco de carvalho, mas é mais indicado para casos de exaustão nervosa e deficiência de eletricidade vital, especialmente em pessoas epiléticas, que possuem eletricidade em excesso. O primeiro extrai da árvore um sumo ácido e dissolvente, enquanto o segundo, retirando o sumo da árvore que o sustenta, é mais resinoso, estruturante, tónico e fortificante. Atua nos nervos esgotados até as fibras mais finas, sendo adequado para a sua natureza filamentosa e gomosa.

Deve ser consumido da mesma forma que o anterior. Este visco foi-me mostrado num sonho e nomeado como apropriado para o meu estado de exaustão nervosa, que me mantinha em sofrimento há quinze meses. Consultei Adèle sobre o sonho e ela aconselhou-me a tomá-lo; senti alívio até que outras plantas me fossem reveladas durante o sono, revelações que sempre segui à risca.

Alface. Uma infusão feita com um coração de alface para dois copos de água, tomada em jejum, tem efeito calmante e suavizante. As folhas, sem lavar e esmagadas, aplicadas diretamente na cabeça como cataplasma, são soberanas contra nevralgias. Infundidas com um pouco de salsa-de-caça, são excelentes para banhos locais, ajudando a aliviar irritações genitais.

Loureiro-amêndoa. Doze folhas infundidas em um quarto de litro de azeite por vinte e quatro horas ao sol ou junto à lareira formam um óleo excelente. Pode ser embebido em miolo de pão e aplicado frio sobre dores reumáticas para aliviar as crises. Também pode ser usado em fricções para aliviar dores locais, plexos nervosos e região lombar, proporcionando grande alívio.

Loureiro de cozinha. Bom nos alimentos, é fortificante, mata os vermes, expulsa os gases e facilita as digestões difíceis.

Lavanda. A infusão das flores é muito apetitosa e estimulante, expulsa os gases, acalma os nervos irritados e desperta sobretudo as ideias preguiçosas.

Lentilhas. Em decocção, são sudoríficas e facilitam o aparecimento do sarampo; a sua semente, como alimento, solta o ventre e aumenta o leite das amas de leite.

Líquen ou Pulmonária de carvalho. Em infusão, usa-se apenas a segunda; uma pitada para dois copos de água; misturada com um pouco de leite, é boa contra

as constipações teimosas e violentas, as congestões no peito. O líquen é suavizante, tónico e refrescante; limpa o estômago, os intestinos e a bexiga, e restabelece a circulação. Beber à discrição.

Hera terrestre. Infusão. Boa contra as afeções dos brônquios, asma e dificuldades respiratórias; pode ser tomada à vontade.

Linhaça (semente de). Em decocção muito leve, é boa para as ardências urinárias causadas por doenças venéreas ou qualquer aquecimento provocado por essa ação. Um copo de manhã em jejum.

Lírio. O seu óleo, misturado com o de camomila, é um excelente linimento para as dores nevrálgicas da cabeça. Friccionar a parte afetada.

Lírio-do-vale. Infusão. Contra a estagnação do sangue, convulsões nervosas e espasmódicas, restabelece a circulação dos fluidos; uma leve pitada para um copo de água, a tomar à noite.

Alface-de-cordeiro. Em salada ou em infusão num caldo de vitela, expulsa a bílis e acalma a sua ardência.

Magnésia não calcinada. Uma pequena colher de café num copo de água meia hora depois da refeição; é boa para as digestões difíceis, corrige os arrotos ácidos do estômago, expulsa os gases, limpa as papilas desse órgão e aguça o apetite. Pode ser tomada sem perigo, de alguns dias a alguns meses.

Castanhas comuns. A segunda pele, depois de assada, é reduzida a pó; toma-se uma pitada num pouco de água ou em compotas contra os cálculos urinários. O fruto absorve a humidade e é bom de comer para os hidrópicos; a amêndoa seca da castanha-da-índia, reduzida a pó, é um violento esternutatório. Tomar duas pitadas por semana.

Marrúbio. Infusão. Boa contra as constipações e febres acidentais que causam grande sede, estimula a micção e restabelece a transpiração.

Malva (flores de). Em infusão, são muito suavizantes para as inflamações do peito e os primeiros sinais de constipação. Beber à vontade.

Meliloto. Uma infusão das flores é boa em compressas sobre os olhos contra a inflamação das pálpebras; o seu aroma acalma os nervos; aplicada em cataplasma, suaviza e dissolve as aglomerações de sangue nas dores locais.

Hortelã-pimenta. Infusão. Boa contra o que se chama vapores, calores súbitos, acalma-os rapidamente e expulsa os gases. Tomar conforme necessário.

Mercurial. Utilizar em clisteres contra as obstipações teimosas.

Mil-folhas. Em infusão. Elimina as correntes brancas e tonifica o estômago. Tomar de manhã e à noite.

Morelha. Pisada fresca e aplicada sobre todos os tipos de feridas, escoriações e acidentes, cicatriza-os muito rapidamente.

Mostarda branca (sementes de). Duas ou três colheres de sopa por dia, uma hora antes de cada refeição (uma colher de cada vez, naturalmente). Tomada com um copo de água ou de tisana adequada à condição, é muito boa contra as obstruções mucosas, biliosas ou verminosas do estômago e dos intestinos. A sua ação é puramente mecânica e destaca facilmente as mucosidades que revestem esses órgãos e os paralisam nas suas funções normais, dificultando as papilas ou suctores com que são revestidos.

Os intestinos são continuamente estimulados e limpos pela passagem destas sementes aglomeradas, que se aderem ao que encontram, formando espécies de tampões de limpeza, por assim dizer, que impedem a permanência nos seus recessos, chamados ansas, do lodo depositado pelos excrementos dos alimentos, lodo que gera gases mais ou menos ácidos e corrosivos, provocando um fogo nos intestinos do qual resultam as inflamações intestinais e todas as desordens nervosas que são as suas inevitáveis consequências vitais.

Cada um compreenderá facilmente, por esse simples resumo, que nossos intestinos contêm uma grande quantidade de ar que, se estiver viciado, irrita, pelo contato, as fibrilas nervosas que os revestem. Daí nascem as contrações intestinais e suas convulsões; a permanência desse ar putrefato inflama, conforme a intensidade que adquire, tudo o que toca: isso resulta em contrações da abertura do estômago, convulsões desse órgão, pressões e puxões na região do coração e repercussões no cérebro. Pode-se imaginar o transtorno geral que um gás viciado pode causar – um gás que escapa ao bisturi na abertura de um cadáver, que pode ter sido a alma danada da ciência médica e o tormento de Tântalo do pobre doente, que só soube gemer e sofrer.

A semente de mostarda é, portanto, um excelente remédio nesse caso, por seu trabalho mecânico, além de possuir uma emanação cítrica muito calmante e

tônica, cujas moléculas, ao atravessarem diferentes meios, vêm reforçar os diversos líquidos e fluidos que sustentam nossa vida e saúde, quando estão em bom estado. Eis o que Adèle me dizia um dia, em sono magnético, a esse respeito:

"*O trabalho dessa semente é admirável; parece que cada grão é um ser vivo e inteligente. A maneira como ela rola sobre si mesma, arrastando os mucos aos quais se adere, é curiosa de se ver*". (Ela falava assim ao observar esse processo em si mesma). "*É seguida por um grupo maior ou menor de sementes semelhantes que ajudam a primeira a carregar pedaços maiores ou menores dessas películas gordurosas. Elas descem suavemente, como se fossem uma teia de aranha carregada por moscas presas em suas malhas; é um verdadeiro comboio de transporte.*

Outras sementes estão espalhadas e chegam depois, verificando se nada foi deixado para trás pelas primeiras e preparando um trabalho que será concluído pelo próximo grupo. Isso é admirável em compreensão e resultado!" – exclamou ela, sem se cansar de observar essa singular luta da vida contra a morte, da saúde contra o sofrimento, personificada em algumas sementes e alguns fluidos.

"*Essa semente, ao arrastar os mucos, torna-se um vermífugo, pois envolve as massas de pequenos vermes que proliferam nesses órgãos e que nem sempre são nossos hóspedes mais pacíficos.*"

Adèle também a recomenda contra cálculos renais, pois, ao passar, recolhe tudo o que encontra e elimina um fino grão de areia na região dos rins, que pode dar origem aos cálculos quando se junta a um líquido pegajoso que os transforma em pedras de diferentes tamanhos. Para pessoas propensas a purgações, é um ótimo preparativo; deixa um caminho livre para a bile coagulada e os fluidos mais ou menos condensados, sem precisar detalhar todas as suas propriedades (que talvez seja mais justo chamar de resultados de sua passagem).

Adèle a recomenda para muitos casos; tomada com persistência por vários meses, proporciona grandes benefícios.

No que nos diz respeito, podemos afirmar diante de Deus e dos homens, pelos quais temos muito amor e respeito, a veracidade do seguinte relato.

Tendo sido vítima de dois ataques sucessivos de cólera, que quase perfuraram nossos intestinos e desorganizaram nossas vias digestivas a ponto de nossa alimentação passar diretamente sem ser absorvida, caímos em um estado de aniquilamento, fraqueza e sofrimento tão grande que implorávamos para deixar esta vida como um grande benefício da Providência. Todos os remédios e todas as luzes científicas e sonambúlicas foram impotentes para nos trazer alívio. Nossa única esperança era a oração; assim, nosso coração implorava ao Eterno com persistência e amor.

Uma noite, tivemos um sonho no qual apareceu, ao pé de nossa cama, um jovem de rosto nobre e benevolente, segurando em sua mão direita um ramo de sementes e nos convidando a fixar nosso olhar nele. Pensamos reconhecer essa semente como sendo de painço e despertamos subitamente, ouvindo ao nosso ouvido uma doce voz que nos dizia: "*Semente de mostarda.*" Nosso coração se encheu de uma alegria desconhecida, e tivemos pressa em adormecer Adèle para perguntar o que deveríamos pensar desse sonho. Ela nos disse que deveríamos tomar essa semente e que ela nos faria muito bem. No mesmo dia, começamos o tratamento.

Apenas três dias se passaram, e nossas fezes retomaram uma consistência e forma que não tinham há dez meses. Continuamos com esse remédio por alguns meses e sempre nos sentimos bem. O apetite voltou, assim como as forças, as suores contínuos cessaram, a esperança retornou, e uma melhora sensível era inegável. No entanto, após alguns dias, a semente não parecia mais tão boa; um certo desgosto nos invadia, nosso paladar não sentia mais aquele sabor leitoso, aquela emanação suave que ela deixava.

Tivemos então um segundo sonho, no qual nos vimos transportados para um belo jardim repleto das mais belas e ricas flores. Nosso olhar pousou em um jovem arbusto coberto de sementes, que a maturidade fazia cair ao solo. Essa semente parecia ser mostarda, mas de uma natureza mais fresca e de uma cor palha admirável. Despertamos como da primeira vez e ouvimos claramente uma voz dizer três vezes: "*Sénevé, sénevé, sénevé.*" Não compreendemos então o significado desse nome e o confundimos com *chènevis* (cânhamo), embora essa última semente não se parecesse em nada com a que havíamos admirado.

Consultamos um dicionário de plantas e vimos que *sénevé* e *moutarde* (mostarda) eram sinônimos. No sono de Adèle, voltamos a falar sobre o sonho, e ela nos disse que a que estávamos tomando era do ano anterior, ainda possuía sua virtude mecânica, mas havia perdido sua propriedade emoliente, pois estava ressecada pelo tempo. Ela nos aconselhou a buscar uma nova.

Procuramos nos mercados, mas nenhuma se parecia com a do nosso sonho. Passando pela Ponte Neuf, oramos para que a influência misteriosa que nos havia mostrado a visão nos guiasse até onde poderíamos encontrá-la. Entramos em uma loja e, para nossa alegria, vimos a semente exata do nosso sonho! O vendedor deve ter nos achado loucos. Mas estávamos apenas doentes e confiantes, nada mais. Compramos vários quilos e recuperamos tanto o aroma quanto os benefícios da primeira semente.

Hoje, ao escrever estas linhas, após cinco meses desse tratamento, não tivemos mais nenhum problema de saúde e não podemos duvidar de nossa total recuperação.
Vinte experiências semelhantes confirmaram essa esperança. Para crianças, recomenda-se apenas uma pequena colher de café por vez, ajustando a dose conforme necessário. Essa semente não deve ser mastigada; a maneira mais fácil de tomá-la é colocá-la seca na boca e engolir com goles de água ou chá.

É claro que, por sua virtude mecânica, acelera a circulação do sangue e dos fluidos; portanto, é útil em todos os casos em que esses agentes da vida estão paralisados por qualquer obstáculo. Reconhecemos seus bons efeitos em obstruções intestinais e abdominais, inclusive nos tumores conhecidos como *squírros*, que se desenvolvem em proporções assustadoras.

Sem considerar esse medicamento como universal, dizemos, com aqueles que o usaram, que é um dos melhores conhecidos, sem risco de efeitos adversos pelo uso contínuo.

Muguet (Lírio-do-vale). Infusão para melhorar a circulação sanguínea e tratar convulsões nervosas e espasmódicas. Uma pitada leve por copo de água, à noite.

Noz-moscada. Nos alimentos, mata vermes, expulsa gases e facilita digestões difíceis. Seu óleo é eficaz para massagens em tumores abdominais e dores causadas por estagnação do sangue.

Nabo (xarope de). Prepara-se da seguinte forma: escolhem-se bons nabos, cortam-se em rodelas e dispõem-se em camadas num pote de barro, até que esteja cheio. Cada camada é polvilhada com açúcar, o pote é bem fechado e colocado no forno logo após a saída do pão, para permanecer seis horas, após as quais se retira e o xarope é coado através de um pano fino; guarda-se em garrafas num local fresco e toma-se conforme necessário, por colheradas de sopa. Suaviza as irritações das constipações persistentes e acalma os brônquios irritados; é soberano contra a tosse convulsa das crianças; testado com sucesso várias vezes, também é utilizado nas grandes crises de tosse.

Nespereira. Os frutos, consumidos frescos, travam a diarreia; a sua infusão tem o mesmo efeito e é ainda muito suavizante para o peito. Tomar à vontade. Noz de galha. Uma única em decocção, associada a três ou quatro folhas de nogueira para uma injeção, é indicada para os prolapsos uterinos.

Nogueira. As folhas, aplicadas verdes sobre a cabeça, acalmam as enxaquecas. Em injeção, são boas contra os prolapsos uterinos; a amêndoa da noz é queimada de forma a recolher-se o óleo que dela escorre; este óleo é muito eficaz contra as queimaduras. A casca exterior, da qual se faz um licor conhecido como "brou de noix", é soberana contra as cólicas; toma-se um pequeno cálice.

Cebola (branca). Assada na cinza, fornece um sumo muito bom contra as inflamações da garganta e os estrangulamentos provocados por inflamações sanguíneas. Utilizar em gargarejos por pequenas colheradas.

Aplicado exteriormente nos inícios de abcessos ou furúnculos, acelera muito o seu amadurecimento.

Laranjeira (Folhas de). Utilizadas em infusão contra agitações e irritações nervosas, melancolia, inflamações dos brônquios, pulmões, intestinos e gases; uma única folha por copo de água. Pode ser tomada à vontade, principalmente ao deitar.

Cevada. Decocção. Uma colher de sopa para um litro de água. Muito refrescante e nutritiva, é mais adequada para pessoas sanguíneas do que para as nervosas. Um copo de manhã em jejum.

Erva-orvalhada. Faz-se uma pomada das suas raízes e folhas com manteiga bem fresca, deixando-a cozinhar em lume muito brando ou em banho-maria. Esta pomada é muito eficaz e aplicável em diversos males como feridas, panarícios, tumores, abcessos, queimaduras e, sobretudo, contra as hemorróidas. As raízes sozinhas em pomada são extremamente suavizantes. Este remédio foi testado várias vezes com sucesso.

Urtigas (brancas). Infusão. Contra a ausência de menstruação, restabelece o seu fluxo, elimina corrimentos brancos e facilita a menstruação das jovens. Um copo de manhã e à noite.

Azedinha. Em pequena quantidade nos caldos refrescantes, expulsa a bílis; é uma planta acre, ardente e muito irritante, não indicada para todos os temperamentos; deve ser usada com moderação.

Pão (miolo de). Em cataplasma, é refrescante e muito emoliente. A água de pão, feita com uma côdea ligeiramente torrada e infundida num litro de água, é uma bebida muito refrescante. Margaridas-dos-prados. Infusão. Excelente dissolvente contra contusões internas, depósitos ou má circulação; pode ser tomada à vontade.

Parietária. Contra a obstipação, inflamações da bexiga e desconforto abdominal; usa-se um punhado para um clister; a sua água é muito boa para cataplasmas com fécula de batata.

Espora-do-campo. Infusão. Contra a congestão pulmonar e inflamações do peito; esta tisana é refrescante, pectoral e suavizante. Tomar de manhã e à noite. Tussilagem. Infusão. Tónica, vulnerária, ligeiramente sudorífica sem enfraquecer. Tomar à noite.

Língua-de-vaca (Raiz de). Decocção. Boa para temperamentos mucosos, desprende facilmente as mucosidades do estômago, sangue e bexiga; elimina-as sob a forma de borbulhas na pele ou através da urina e do suor; usa-se um

pedaço do tamanho e espessura de um dedo por litro de água. Tomar de manhã em jejum.

Papoila (Uma cápsula de). Em um litro de água, esta decocção é muito calmante, utilizada para diluir cataplasmas ou aplicada sozinha em compressas; também é eficaz em clisteres, substituindo o láudano quando necessário.

Pessegueiro (Folhas de). Em infusão, são ligeiramente purgativas. Esta tisana é boa para crianças pequenas com congestão torácica provocada por mucosidades em fase inicial. Usam-se quatro folhas por copo de água, tomando duas ou três colheres por dia.

Persicária. Infusão leve. Resolutiva, estimulante e calmante, elimina as impurezas do sangue através da pele e destrói insetos parasitas. Tomar de manhã e à noite.

Salsa. Em infusão, dissolve os ingurgitamentos lácteos dos seios; aplicada diretamente, tem o mesmo efeito e ajuda a eliminá-los. Pisada fresca e colocada sobre cortes, cicatriza-os rapidamente. É eficaz em fumigações contra as hemorróidas.

Pervinca. Infusão. Boa contra leite retido, ativa fortemente a circulação sanguínea e atua sobre a congestão dos vasos sanguíneos. Tomar de manhã e à noite. Em infusão num caldo de vitela, é muito eficaz contra dores de garganta causadas por problemas sanguíneos; em fumigações ou pomada, é soberana contra hemorróidas, sendo as folhas cozidas lentamente em banha de porco. Para inflamações gengivais, mastigar algumas folhas alivia bastante as dores de dentes associadas.

Dente-de-leão. Para uma infusão, usa-se uma pitada em um litro de água; tomada de manhã em jejum, acelera a circulação dos humores e é indicada para pessoas com excesso de mucosidades.

Tanchagem. A infusão ou água destilada das folhas é excelente contra inflamações das pálpebras, podendo ser usada em lavagens ou compressas embebidas no líquido.

Alho-porro. Este alimento, bom contra irritações pulmonares, é calmante e suavizante. Utilizado em clisteres, tem o mesmo efeito contra dores renais e intestinais causadas por fadiga. Em cataplasma, é muito suavizante.

Batata (fécula de). Em cataplasma, absorve a inflamação rapidamente, combinada com farelo de trigo, que refresca, e água de cerefólio; este cataplasma cicatriza úlceras intestinais e deve ser aplicado a uma temperatura moderada.

Beldroega. Adicionada a caldos refrescantes, é muito suavizante.

Prímula (ou Coucou amarelo). Em infusão, é muito fortificante e estimulante; é um calmante precioso para os nervos. Tomar de manhã e à noite.

Pulmonária. Infusão. Indicada contra tuberculose pulmonar, sangue impuro e aquecido que irrita e inflama os pulmões. Tomar de manhã em jejum.

Quinino. Toma-se uma pitada muito leve misturada em compotas ou em duas fatias de sopa, até três vezes por dia, para cortar febres fracas; a sua eficácia aumenta se a bílis, que é quase sempre a causa das febres, for eliminada previamente com um purgante; administra-se antes ou depois dos acessos febris, mas nunca durante o acesso. O vinho de quinino, muito conhecido, é altamente tónico, aquece estômagos frios e também elimina febres longas e persistentes. Tomar duas vezes por dia, um pequeno cálice.

Rábano. Corta-se em rodelas e dispõe-se num pote em camadas alternadas com açúcar em pó, deixando macerar por vinte e quatro horas; espreme-se o sumo, que é muito bom para tomar de manhã e à noite, por colheradas, contra tosse irritativa e tosse convulsa em crianças.

Alcaçuz (Madeira de). Uma decocção de três minutos é boa em tisanas suavizantes e refrescantes, sendo preferível ao açúcar.

Ruibarbo. Ligeiramente purgativo e aperitivo; usa-se meia onça da sua raiz num litro de água fria; pode ser bebido à vontade. Esta água, misturada com vinho nas refeições, tem o mesmo efeito que em pó. Pode ser administrada durante oito dias a crianças que dela necessitem.

Arroz. Indicado para desconfortos abdominais, febres lentas, calor nos membros e mal-estar geral; usa-se uma colher de sopa por litro de água para uma decocção que pode ser bebida à vontade, misturada com vinho. Esta bebida é muito calmante e refrescante, apesar da opinião contrária.

A farinha de arroz, em cataplasmas, é muito suavizante e absorvente.

Alecrim. Infusão. As flores são preferíveis às folhas; indicadas contra reumatismos, dores nervosas, fraqueza geral e, em especial, da visão, pensamentos tristes e lentos, sensação de peso nos membros, má circulação, cãibras no estômago e nos membros, enxaqueca; usa-se uma pitada de flores por copo de água.

Botões de Rosas. Uma infusão adoçada com mel é muito boa contra ardências urinárias nas mulheres após a menstruação; acalma e reduz a inflamação dessas partes. Tomar dois ou três copos por dia. A mesma infusão também é indicada para dores de garganta intensas, utilizada em gargarejos; as folhas desta planta possuem a mesma propriedade, mas são mais acres e nem todos as apreciam.

Arruda. Esta planta possui um grande poder; prefiro a sua aplicação externa à interna: é um excelente estimulante. O espírito que anima esta planta é um tirano absoluto, gosta de reinar sozinho; por isso, é indicada para homens de moral tímido e fácil de subjugar: comunica-lhes a força de vontade que lhe é inerente, tornando-os mais donos de si mesmos; aplicada na testa, afasta pensamentos temerosos e ocupa o seu lugar soberanamente; não aconselho deixá-la por muito tempo, pois pode criar um vazio excessivo.

Deve-se esfregar as mãos com ela antes de magnetizar alguém com supressões menstruais e, em seguida, aplicá-las sobre a parte inferior do abdómen, o que terá um grande efeito; colocada sobre o estômago, num pequeno saquinho junto com quantidades iguais de tomilho e salva pequena, serve como excelente proteção contra o mau ar e maus espíritos, que, para mim, são a mesma coisa; tanto faz se o saquinho fica mais próximo do umbigo ou do peito.

Açafrão. Uma pitada nos alimentos ou em decocção é calmante e aperitiva; expulsa os gases; infundido em vinho tinto e bebido de manhã em jejum, um pequeno copo, facilita a menstruação. Salsaparrilha. Decocção. Excelente

depurativo para sangues escrofulosos e venéreos; usa-se uma pitada para um litro de água, tomando um copo de manhã e outro à noite.

Salsifi. (Celeiro) Alimento refrescante.

Saponária (Folhas de). Infusão, indicada para pessoas com excesso de mucosidade, especialmente crianças com humores frios; esta planta saponácea mistura-se facilmente com as mucosidades que circulam no sangue, separando-as e eliminando-as eficazmente. Após um mês de uso, pode ser útil uma leve purgação; usa-se uma pitada por copo de água, renovando várias vezes ao dia.

Segurelha. Uma infusão limpa as vísceras, expulsa mucosidades e humores biliosos, destrói os vermes intestinais e estimula o apetite; tomar um copo de manhã em jejum. Em injeção nos ouvidos, dissolve substâncias acumuladas que muitas vezes causam surdez.

Salva (Folhas pequenas). Uma infusão é muito útil contra pensamentos melancólicos, má circulação, obstrução dos intestinos, estômago e cabeça, quando causados pelo sistema nervoso e não por outra razão, fraqueza geral, insónia, rigidez dos nervos e membros; pode ser usada em quase todos os distúrbios nervosos à semelhança do chá; usa-se uma pitada por copo de água.

Sabão negro. Um pedaço de sabão negro nos banhos de pés é mais potente do que cinza e mostarda; por isso, mencionamo-lo. Os pés devem permanecer no banho apenas por dez minutos.

Centeio. Decocção. Usa-se uma colher de sopa para um litro de água; muito refrescante e suavizante; tomar um copo de manhã em jejum. A farinha de centeio, em cataplasmas, é muito resolutiva, emoliente, calmante e suavizante.

Sal de cozinha. Quatro quilos num banho grande e um quilo nos banhos de pés; é fortificante e estimulante; abre e limpa as papilas da pele, ajudando-as a eliminar humores internos; descongestiona o peito e a cabeça, restaurando a harmonia geral.

Sene. Uma infusão de três ou quatro folhas por copo de água, tomada em jejum, facilita as evacuações e regula o intestino; o sene é um laxativo suave adequado para temperamentos delicados.

Farelo. Infusão. Suavizante e refrescante, indicado para afeções do peito, constipações persistentes e irritações; tomar um copo de manhã e outro à noite. Em cataplasma quente e seco, aplicado nas partes afetadas, é muito eficaz contra gota e inchaços. Nos banhos, acalma e relaxa os nervos; usa-se cerca de meio alqueire para um banho grande e metade para banhos de assento.

Soda. Dois quilos num banho grande; indicada contra doenças de pele e muito fortificante.

Sabugueiro (Flores de). Em cataplasmas, absorvem inflamações causadas por exposição ao vento. Em infusão, o sabugueiro é sudorífico, restabelece a transpiração e expulsa humores mucosos através dos poros da pele; tomar um copo ao deitar. Em fumigações, o sabugueiro produz o mesmo efeito que em cataplasmas.

Tamarindo. Decocção de alguns frutos em dois copos de água; boa para sangue escrofuloso e inflamado; impede sua decomposição, refresca-o e elimina suavemente os humores; é um purgativo leve. Tomar um copo de manhã e outro à noite.

Chá preto. Infusão. Muito calmante. O chá verde é mais estimulante; o primeiro é indicado para dificuldade em urinar ou micção rara; facilita a eliminação da urina, acalma o coração e melhora o humor; é sudorífico e benéfico de modo geral. O segundo muitas vezes tem efeito oposto.

Tomilho. Infusão. Elimina vermes, regula a menstruação, acelera a circulação, alivia dores reumáticas, expulsa gases e tonifica o estômago; tomar um copo de manhã e outro à noite.

Tília. Uma infusão é útil contra agitação nervosa, suores reprimidos, insónia, irritação dos brônquios, estômago e intestinos, cãibras, sensação de peso na cabeça e pensamentos tristes; usam-se dois pequenos ramos por copo de água, bebido bem quente e adoçado ao deitar. A casca da tília, em decocção, é eficaz contra ardor e perda de urina, pequenas feridas nas partes genitais e hidropisia; usa-se um pedaço do tamanho de meio dedo por copo de água, tomado à noite. Reduzida a pó, a tília estimula o olfato; tomar duas doses em dias alternados.

Erva-trainadeira. Decocção ou destilação. Boa contra inflamações das pálpebras, usada em lavagens ou compressas embebidas no líquido; os seus ramos rastejantes assemelham-se às fibras que revestem esse órgão, sendo essa semelhança a base da sua virtude; também é útil em cataplasmas para todo tipo de inflamação local.

Valeriana. Infusão, tomada de manhã e à noite, fortalece e acalma os nervos. Excelente depurativo para sangue impuro e quente.

Verónica. Triturada fresca e aplicada sobre inchaços sanguíneos, contusões e dores localizadas, dissolve-os rapidamente e proporciona grande alívio.

SEGUNDA PARTE
DOENÇAS

A vida material representa o sono do céu, e a doença o sono da vida imaterial.

Assim termina a nomenclatura das plantas que estudámos, aplicámos e julgámos boas para serem ensinadas. É muito pouco oferecer à ciência, mas é muito oferecer àqueles que sofrem e que esperam com impaciência. Se Deus o permitir, ampliaremos futuramente este pequeno tratado com novos estudos que venhamos a realizar; mas, receando qualquer acidente que possa comprometer o nosso tesouro, apressamo-nos a confiá-lo à impressão, como a melhor das notas que o nosso portefólio pode conter.

Acrescentaremos uma observação essencial: a de procurar sempre, entre as plantas indicadas, aquelas que são mais frescas; sente-se toda a força desta observação, que não precisa de ser desenvolvida para ser compreendida. Se o remédio ensinado e aplicado já não possui as propriedades que perdeu devido à idade ou a uma alteração fraudulenta, não se obterão os resultados desejados; pelo contrário, corre-se o risco de ter um novo transtorno a combater, e culpa-se o médico, o vidente e o remédio por serem imperfeitos.

Há uma tal responsabilidade de consciência na administração destes remédios, que aquele que o faz honestamente merece um reconhecimento sem limites por parte dos doentes, ainda que aparentemente apenas tenha cumprido um dever; mas cumprir um dever numa sociedade que os ignora todos e que apenas venera o egoísmo, há algum mérito para aquele que o faz: esse homem é um

homem de elite. O habitante do campo, nesse aspeto, é mais feliz e melhor servido do que o habitante das cidades, pois encontra a seus pés, em abundância e na sua frescura virginal, as plantas que se tornam os hóspedes indispensáveis do lar.

Mal a primavera estende o seu manto verde sobre a terra, sua bem-amada companheira, a criança camponesa começa as suas excursões pelos campos e corre a descobrir a tímida violeta, cujo perfume ao longe trai a sua presença sob o tufo de relva. Esta benfazeja flor será útil em muitas circunstâncias em que a alimentação variada e nova que brota pode causar alguns transtornos tóxicos nos intestinos.

Mais adiante, a criança encontra os bosques repletos de prímulas, chamadas "cucos". Com as suas mãos, tece coroas dessas flores, sem suspeitar que estas são aplicáveis aos transtornos desse órgão.

Aos pés de um choupo, colhe, no prado adornado com todas as riquezas da flora campestre, o lírio-do-vale, tão branco quanto os pensamentos que está destinado a acalmar. Salta sobre a delicada margarida, que, ocupada a sorver as gotas de orvalho da sua colarete vermelha, não imagina, tal como a criança que a colhe, que está destinada a uma missão mais generosa: acalmar certas dores nervosas do estômago, dos intestinos e do peito.

Vemo-lo dançar sobre a erva-cidreira, cujos filamentos brancos são tão úteis para os problemas das vias urinárias. O cão que o segue encontra nestes fios verdes um remédio seguro contra o fogo que o devora e lhe tira o apetite.

Mais adiante, está um arbusto cercado de espinheiro-alvar, soberano contra a epilepsia; a criança faz dele um enorme ramo, que carregará sobre a lareira: afinal, há epiléticos por toda a parte. Acreditam que respeitará os centáureos escondidos entre os fios dourados do trigo? Oh! São tão azuis como os céus, como os seus olhos; não os pisará, mas fará um belo ramo para a sua irmãzinha; a sua avó apressar-se-á a guardá-los, pois sabe que a sua água destilada é chamada "quebra-lentes": bem gostaria de partir as suas. Mas, ao lado do centáureo, está a ardente papoila, cuja cor assusta as nossas pequenas gentes de hoje. Oh! Esta é demasiado necessária para os resfriados que os filhos do Natal trarão: deve ser seca até que seja necessária para uma infusão.

O que faz o chefe de família enquanto os seus filhos colhem ervas por diversão? Prepara a sua colheita com critério e cálculo: assim, adorna os canteiros do seu jardim com esporas-de-cavaleiro, salva-menor, lírios, rosas, alecrim, arruda, bálsamo, camomila, chicória-selvagem, agrião, morangueiro, alteia, malva, alface, alfazema, meliloto, lírio-do-vale, sedum, papoila, tomilho, verbena, cucos, etc. Tudo isto está misturado sem ordem, mas tudo está presente: é geralmente o ornamento dos jardins campestres. Os fossos que os delimitam estão povoados de parietária e mercurial, até mesmo as paredes, a que estas plantas se agarram involuntariamente.

Aos pés da vinha que decora a porta da sua casa, cresce a delicada pervinca, cujos ramos frágeis imploram o apoio da protegida de Noé. Até junto ao esterco, ele colhe uma multidão de outras plantas que, se ousassem, entrariam na sua casa para se oferecerem melhor à sua vista. A vizinha, que teve doze filhos e os cuidou com a ajuda dessas plantas, conhece muito bem as suas propriedades e sabe usá-las corretamente. O médico da cidade vizinha passa apenas uma vez por semana para tratar os casos mais graves; todos se sentem bem assim. Mas nas grandes cidades não é assim: quanto mais se sabe, mais se quer saber; quanto mais se sofre, mais se quer sofrer; os cemitérios estão mais povoados e as ribeiras mais carregadas de lágrimas.

Vamos abordar a nomenclatura natural e não científica das partes do corpo afetadas por certas doenças e das plantas que acreditamos ser úteis. Esta segunda parte da nossa obra foi concebida tanto com o objetivo de facilitar a pesquisa das doenças às quais estas plantas são aplicáveis, como para inserir da forma mais vantajosa possível algumas reflexões filosóficas e consoladoras para o doente. Não apresentamos as nossas reflexões nem a classificação dos artigos que se seguem como algo perfeito e bem concebido, mas sim como algo que deseja ser exposto de forma clara e bem compreendido.

Repetimos, a nossa intenção não é contestar o mérito da ciência médica, mas ser o mais útil possível, expondo a nossa forma de ver e julgar os mistérios da vida a partir da nossa ignorância científica.

DORES DE CABEÇA DE DIVERSAS NATUREZAS Sob esta designação vaga, é difícil, para qualquer pessoa que não seja o próprio sofredor, reconhecer a verdadeira natureza do seu mal, que pode mesmo não ter um nome científico.

Uma dor de cabeça pode ser apenas uma sensação mais ou menos passageira; aconselhamos a consulta de bardana, papoila, água sedativa, alface, lírio, nogueira e arruda.

TONTURAS provenientes de espasmos do estômago e do sistema nervoso. Ver mostarda, lírio-do-vale, alecrim, arruda, assim como os artigos Estômago, Intestinos e Vias Urinárias.

ENXAQUECA, DELÍRIO, IDEIAS FIXAS. Ver absinto, papoila, água sedativa, mostarda, lírio-do-vale, alecrim, arruda, além dos artigos Estômago, Intestinos e Vias Urinárias.

A cabeça, sendo o recipiente de todas as destilações humorais, materiais e espirituais do nosso ser, deve, pela sua solidariedade com todos os outros órgãos, ser quase sempre escrava do seu estado. Por isso, é mais necessário procurar e combater a origem do mal do que simplesmente acalmá-lo na própria cabeça. A cabeça raramente adoece por si só, exceto na sequência de alguns acidentes para os quais indicamos algumas plantas; as dores sentidas na cabeça são quase sempre causadas pelo mau estado do estômago, do coração, do fígado, do baço e, sobretudo, dos intestinos. Por esta razão, remetemos para os artigos que tratam destes órgãos.

Não pensamos oferecer aqui apenas o auxílio das plantas que mencionámos; desejamos também aconselhar o magnetismo humano como o melhor e mais seguro remédio que conhecemos, capaz de curar sozinho todas as doenças curáveis. Por isso, recomendamo-lo frequentemente e aplicámo-lo com sucesso nas nossas experiências. Além de ser a vida animal por excelência, o magnetismo é também a vida vegetal e mineral: é a vida das vidas, a saúde das saúdes, a harmonia das harmonias.

A nossa intenção não é aqui elaborar um tratado sobre esta ciência, pois dirigimo-nos a pessoas que já a conhecem ou pelo menos já ouviram falar dela. O que dissermos será suficiente para aqueles que não têm nenhuma noção sobre o assunto e desejam aplicá-lo de forma eficaz. Recomendamos aos leitores interessados em estudar seriamente esta questão que consultem os autores especializados que a abordaram, tais como Mesmer, Puységur, Deleuze, du Potet, Chardel, Charpignon, Ricard, Gauthier (Aubin), Lafontaine, entre outros. Aqueles que só puderem ler o nosso modesto *Guia do Magnetizador*

encontrarão nele algumas noções básicas e indispensáveis para qualquer pessoa que deseje praticar o magnetismo.

Assim, nos casos acima referidos, se a origem do mal estiver na cabeça, recomendamos colocar uma mão sobre a dor e a outra do lado oposto (o que cria dois polos, um princípio sempre útil em qualquer magnetização local ou geral; esta observação é sentida e não pode ser explicada em poucas linhas, mas é essencial e, por isso, recomendamos sempre esta prática). Após manter as mãos nesta posição durante cerca de cinco minutos, deve-se descê-las lentamente até às extremidades mais próximas, ou seja, os ombros, afastá-las e sacudir os dedos como se algo estivesse preso neles. Depois, repetir esta imposição das mãos uma segunda e terceira vez, seguindo os mesmos movimentos. Por fim, lavar bem as mãos num recipiente com água acidulada com algumas gotas de bom vinagre ou álcool alcanforado. Recomendamos esta precaução, que deve ser inseparável de qualquer prática de magnetização.

Não podemos alongar-nos mais sobre este assunto, mas acreditamos que esta precaução é necessária. É a nossa convicção, e a nossa consciência obriga-nos a dar este conselho.

Não são as longas magnetizações que produzem os melhores efeitos, mas sim aquelas realizadas com amor e com a intenção sincera de aliviar o sofrimento. Cinco minutos valem mais do que quinze, e um desejo genuíno de ajudar vale mais do que mil. A mãe que coloca a mão sobre o ventre do seu filho para aliviar as suas cólicas deseja curá-lo sem saber como; a sua mão transmite o amor do seu coração à dor, o sofrimento desaparece, a criança sorri e a mãe fica satisfeita. Neste exemplo, fora de qualquer ciência, no instinto materno puro e eterno, reside toda uma medicina, um tesouro inesgotável de saúde e felicidade. O essencial é conservar esta prática tão pura como Deus a colocou nas nossas mãos, para que os seus efeitos sejam benéficos; fora disso, há o caminho oposto. Maldito seja aquele que segue esta última via!

No magnetismo, não é obrigatório impor apenas as mãos sobre o local da dor. Pode-se, ocasionalmente, utilizar qualquer objeto sobre o qual tenha sido depositada a mesma intenção de aliviar, como um gorro, um lenço, um tecido de lã, algodão ou seda. Estes são intermediários fiéis que transmitem

corretamente o que lhes foi confiado. No entanto, preferimos tecidos de lã ou papéis compostos deste material, como o papel cinzento não colado.

A cama, a roupa, os alimentos, em geral, recebem esta ação benéfica e retransmitem-na a quem lhes foi destinada.

Esta observação destina-se a facilitar a vida daqueles que desejam ajudar os doentes sem que estes o saibam, através destes intermediários, ou para que possam aplicar o magnetismo quando se sentirem preparados para o fazer.

Sem nos deixarmos levar pelas mil e uma explicações e recomendações que seriam necessárias num tratado de magnetismo, remetemos para os autores acima mencionados; o que aconselhamos não necessita de mais desenvolvimento do que aquele que lhe damos.

Observaremos apenas que, se sob esta ação por nós aconselhada se declarasse um estado de sono, chamado sonambulismo, seria necessário recorrer a obras mais explícitas para tirar partido desse estado e, pela primeira vez, perguntar ao dormente quando e como deve ser despertado.

Habitualmente, basta fazer passes vivos diante da cabeça e do estômago, passes que se denominam transversais, pois são realizados atravessando esses órgãos, como se se quisesse abaná-los ou dissipar uma atmosfera pesada. Animado pelo desejo de acordar o dormente, não se demora a vê-lo reabrir os olhos. Nunca se deve provocar este estado se não se souber prevenir todos os seus inconvenientes e dirigi-lo; que se obtenha então a iluminação necessária através das obras que tratam desta matéria.

Como por vezes aconselharemos a água magnetizada, devemos ensinar a forma de a preparar, pois esta água possui uma virtude tão grande que seria lamentável negligenciá-la por falta de conhecimento sobre a sua preparação ou por falta de fé na sua influência. Eis como se faz: Pegue num recipiente qualquer cheio de água; segure-o com uma das mãos pelo fundo e coloque a outra mão na sua abertura, em oposição; com os dedos reunidos em ponta, ajustados ao orifício do vaso, agite-os suavemente sobre a superfície do líquido, como se estivesse a tentar empurrar algo para o interior ou a tocar nas pontas dos dedos da mão que está por baixo. Três minutos desta manipulação são suficientes para

saturar um copo de água, cinco minutos para uma garrafa, dez minutos para um balde e um quarto de hora para um grande banho.

Se a higiene permitir agitar esta água com as mãos, ela ficará ainda mais saturada; se também a pessoa não tiver repugnância a vê-lo soprar sobre a água destinada a beber, esta será perfeita. Sopre três vezes, imaginando que está a refrescar suavemente a parte doente; não importa em que local do corpo, interno ou externo, ela se encontre, esta água saberá encontrá-la e levar-lhe o bem que desejou proporcionar-lhe, principalmente para refrescar os intestinos e vencer constipações ou retenções de urina. Imagine-se a soprar nos últimos condutos destes órgãos, como num tubo que se quer desobstruir, e maravilhar-se-á com o resultado. Se magnetizar assim as tisanas, elas terão ainda mais virtude. Para a água magnetizada destinada ao consumo interno, preferimos tomá-la pela manhã, em jejum.

OLHOS Tal como as dores de cabeça, as dos olhos podem depender de afecções dos órgãos com os quais estão mais ou menos diretamente relacionados. Quantas inflamações pulmonares não foram curadas após a cura de inflamações intestinais ou de afecções das vias urinárias! Quantas miopias pioram pelo abuso do prazer venéreo, isolado ou natural! Quanto uma leitura demasiado assídua ou a fixação prolongada em objetos fatigantes para a vista predispõem a problemas oculares! Aconselhamos, então, o estudo do centáurea, tanchagem, agrimónia, meliloto, alecrim, erva-trainasse e da água magnetizada.

OUVIDOS É demasiado difícil conhecer a origem do mal destes órgãos para nos arriscarmos a aconselhar qualquer remédio. Prudência e sabedoria são a nossa divisa. É nestas ocasiões, sobretudo, que necessitamos das luzes do sonambulismo. Uma vez conhecida a causa e o verdadeiro local da dor, atacamos o nosso inimigo e combatemo-lo da forma mais vantajosa possível.

Nos casos de surdez, zumbidos ou apitos nestes órgãos, utilizamos apenas o magnetismo, colocando os polegares no orifício de cada ouvido para estabelecer um fluxo fluídico de um para o outro, dissolvendo qualquer obstrução interna. Por vezes, apresentamos os dedos unidos ao orifício e realizamos movimentos como se estivéssemos a desenroscar um parafuso ou a perfurar um buraco. Também recorremos a algodão cardado embebido em água magnetizada ou saliva, quando a boca está sã e não repugna o doente.

NARIZ Este órgão é mais afetado por congestionamentos resultantes de uma grande abundância de mucosidades nas fossas nasais do que por uma doença específica. Como esses congestionamentos frequentemente desaparecem com as constipações que os originam, apenas mencionaremos calmantes como o óleo de camomila ou a pomada de cânfora, aplicados na raiz do nariz antes de dormir. Para securas nasais persistentes que afetam o cérebro e as ideias, quando o tabaco comum é ineficaz, propomos o pó de tília e de castanha-da-Índia.

DENTES Somente ao dentista compete julgar e intervir; mas, se a dor for causada por inflamação das gengivas devido a excesso de sangue, aconselhamos mastigar folhas de pervinca pequena, tomar uma infusão desta planta e recorrer a banhos de pés.

GARGANTA Referimo-nos apenas a dores de garganta passageiras, causadas por constipações, resfriados ou inflamações sanguíneas. Nestes casos, recomendamos um cataplasma morno de farelo misturado com infusão de folhas de silva e uma colher de sopa de bom vinagre. Também sugerimos um banho de pés de cinco minutos, iniciado morno e aquecido ao limite tolerável, secando bem os pés para evitar recaídas.

Certifique-se de secar bem os pés e evitar que fiquem frios ao sair. Pode-se fortalecê-los com sal, cinza ou sabão negro, etc. Nos primeiros casos, veja fraxinela, figo gordo, cebola branca, pervinca, silva, etc. Se a sede do mal estiver nos pulmões ou nos intestinos, consulte os artigos que tratam desses órgãos.

Uma gravata magnetizada por alguns minutos é extremamente eficaz contra este mal, qualquer que seja a sua natureza, assim como uma compressa de água magnetizada. É desnecessário dizer que uma magnetização com passes suaves e lentos, dos ombros até os joelhos, não pela frente do peito, mas pelos lados do corpo, é de grande auxílio. Chamam-se passes porque expressam a passagem mais ou menos rápida das mãos de um local para outro, num trajeto contínuo, como se esfregassem suavemente as roupas da pessoa sobre a qual se aplicam, quando os passes são por contacto; mas também podem ser feitos à distância do corpo.

Nesse caso, mantém-se os braços estendidos e flexíveis, sem rigidez, com os dedos juntos e as mãos retas, descendo assim do local afetado até as

extremidades inferiores do corpo, com maior ou menor rapidez. Estes são os chamados passes de grandes correntes. Por um efeito simpático ou atrativo, o sangue segue o trajeto das mãos e abandona assim as partes onde estagna e causa perturbação.

Os passes à distância são necessários nos casos em que a discrição é exigida, mas quando essa preocupação não se impõe, os passes por contacto são preferíveis. Tal é o meu julgamento, que não é o de todos os magnetizadores. A eficácia dos passes é avaliada pelos resultados obtidos. Um passe de grandes correntes requer pelo menos um minuto no trajeto dos ombros até os pés. Esses passes são adequados em qualquer ocasião em que se deseje uma circulação ativa e a liberação das partes superiores do sangue ou dos fluidos em excesso.

BRÔNQUIOS OU CONDUTOS AÉREOS

Se a contração ocorre apenas na passagem do ar por esses condutos, remete-se a papoila, alecrim, laranjeira e sálvia. Se a causa estiver na congestão dos pulmões, veja Pulmões.

O magnetismo, com a imposição das mãos — uma sobre o peito e outra entre os dois ombros — durante cinco minutos, descendo-as suavemente até ao tronco, proporciona um alívio muito sensível, assim como beber um copo de água magnetizada aos poucos. Como medida adicional, pode-se usar um pano ou papel magnetizado nas costas em tempos húmidos ou ventosos, tão prejudiciais a estas doenças, o que traz grande alívio.

PEITO - PULMÕES

Há algo de angustiante na expressão "doença do peito". Está tão próxima da palavra "tísico", e esta tão associada à palavra "caixão", que realmente não se sabe de que forma estudá-la, nem que conselho dar em tal situação. Para nós, que vemos na herança dos males dos nossos pais a origem da maior parte dos nossos sofrimentos, o que se pode discernir neste caos? A constipação que purga um indivíduo pode matar outro; o excesso que fortalece um órgão pode aniquilar outro; onde está a causa? Ah! Meu Deus, ela reside na riqueza das substâncias que compõem o nosso ser, na harmonia dos meios pelos quais circulam, nas destilações que sofrem, na orientação que o nosso estado emocional lhes confere.

Devemos proibir a uma jovem uma noite de baile, a um Hércules de expor o peito a todos os ventos, ou a um estudante jovem uma noite na taberna? Todos podem sair ilesos, mas todos podem morrer. A nossa jovem pode tornar-se tão pálida quanto uma margarida, o nosso Hércules tão fraco quanto um liliputiano, e o nosso estudante tão seco quanto um fósforo.

O que basta para isso? Uma constipação. O que é uma constipação? Algumas gotas de suor interrompidas por alguns átomos de ar. Dessa combinação podem resultar uma inflamação nesses órgãos, depois uma supuração, fruto de uma decomposição, que desaparece numa coroa de perpétuas que a terra oferece ao céu, o melhor passaporte que conheço.

Não nos dirigimos àqueles para quem esse passaporte já foi assinado, mas sim àqueles que ainda têm de suportar as doçuras desta existência, e a esses aconselhamos que consultem beterraba, verbasco, capilária, papoila, tâmara, aveia, malva, nabo, esporinhas, alho-porro, pulmonária, rábano, etc.

Se a estagnação do sangue nesses órgãos resulta de um defeito de circulação, veja os artigos Intestinos e Supressões.

O magnetismo é de grande auxílio nestas afeções. Não se deve passar as mãos diante do peito, mas deixá-las repousar alguns minutos sob os braços e depois descê-las suavemente ao longo dos lados, até aos joelhos. Não se deve tentar magnetizar esses órgãos se eles próprios estiverem doentes, pois pode-se agravar a própria condição.

Em magnetismo, deve-se tomar como regra geral nunca magnetizar doenças de que se padece e não expor órgãos frágeis a outros igualmente frágeis. Deixamos aos praticantes que escreveram sobre magnetismo a tarefa de aprofundar a razão destas recomendações. Limitamo-nos a tocar nestas questões, pois este livro não lhes é especialmente dedicado.

Magnetize as bebidas e tisanas. Jovens donzelas, cubram um pouco mais os vossos alvos ombros, pois o mármore do túmulo é ainda mais branco do que eles. Hércules, duvide um pouco mais das suas forças, pois uma leve corrente de ar pode derrubá-lo. Jovens estudantes, fumem e bebam menos para evitar que, na flor da idade, a terra não fume os vossos ossos.

ESTÔMAGO

Este órgão, sendo o primeiro depósito de todas as substâncias destinadas à manutenção da nossa existência, sente tanto a importância das suas funções que, por vezes, se torna extremamente exigente, voluntarioso, caprichoso, metódico e tirânico. Impõe veto aos nossos gostos, fantasias e caprichos, corrigindo e aceitando apenas o que lhe agrada. É um segundo eu, que muitas vezes nos governa e nos inflige privações dolorosas. Pode até ser considerado o nosso senhor, uma individualidade menos dependente de nós do que nós somos dela. Em suma, aplica-se-lhe a observação filosófica: "O homem propõe, e o estômago dispõe."

Responsável por elaborar todos os sucos dos alimentos que recebe, não pode executar essa árdua tarefa sem a assistência de outros órgãos para os quais os distribui, nem sem a razão, que não deve sobrecarregá-lo com substâncias cujo trânsito é suspenso em determinados momentos.

Neste armazém de desembalagem há mais impurezas do que noutros que não têm a mesma função. Por isso, os mucos e os ácidos abundam, intoxicam, comprimem e paralisam as papilas, que são os operários ativos deste laboratório. É, portanto, necessário intervir de tempos em tempos para limpar estas impurezas que, devido à solidariedade entre todas as moléculas do nosso ser, causariam uma perturbação geral.

Os nervos, com os quais o estômago está em íntima relação e abundantemente revestido, reagem convulsivamente ao contacto com qualquer odor, ácido ou suco adverso. Daí resultam síncopes, calores súbitos, eructações, gases, mucosidades, pensamentos sombrios e uma infinidade de desordens desse género, que deixam o doente à beira do túmulo. Estas causas são pouco estudadas, mal definidas e ainda pior tratadas.

Em primeiro lugar, acreditamos que é necessário obedecer a este órgão e nunca contrariá-lo; segundo, nunca sobrecarregá-lo excessivamente com alimentos; terceiro, verificar se ele não está impedido nas suas funções pelas cavidades intestinais onde deposita os resíduos das suas digestões. Se esses compartimentos estiverem obstruídos ou indispostos, não podem receber o que lhes é enviado pelo órgão superior; daí nasce uma guerra de extermínio entre esses órgãos.

Nas partes inferiores, a permanência das substâncias gera gases que procuram evacuar-se por cima ou por baixo. A parte superior, que não está concebida para esta função, contrai convulsivamente o seu orifício: a porta, assim fechada, mantém o lobo no redil. Cuidado com os danos.

O estudo de cada órgão — estômago, intestinos, fígado, baço, bexiga — torna-se, portanto, indispensável para conhecer a origem do transtorno, e desse estudo decorre a aplicação dos remédios a que remetemos, como: absinto, artemísia, anis, angélica, borragem, canela, groselha, centáurea, madressilva, chicória, funcho, limão, estragão, zimbro, cravinho, aveia, malvaísco, louro, lavanda, magnésia, mostarda, noz-moscada, ruibarbo, etc.

O magnetismo, pela aplicação das mãos, uma sobre a cavidade do estômago e a outra nas costas, acalma quase instantaneamente nas síncopes gasosas. Nas digestões difíceis, dilata o orifício deste órgão e facilita o escoamento dos alimentos. Nas perdas de consciência causadas por convulsões do estômago, deve-se soprar ar quente com a boca encostada sob o seio esquerdo, através da camisa. Não tarda para que o doente retorne ao seu estado normal; três ou quatro insuflações sempre nos foram suficientes nos casos mais graves, onde os sais mais potentes falharam.

O uso de água magnetizada é extremamente eficaz nos transtornos deste órgão.

CORAÇÃO

As doenças deste órgão são felizmente pouco numerosas, pois quase todas são fatais. Manifestam-se geralmente por palpitações, denominadas pulsações, mais ou menos aceleradas e sensíveis. Os vasos que atravessam o coração não sofrem qualquer perturbação sem que expressem abruptamente o seu desagrado através dessas sensações. Para os casos de palpitações causadas pela contração desses vasos ou de algumas veias secundárias, aconselha-se consultar buglossa, líquen, papoila, mostarda, etc.

Na ignorância do inimigo a combater, preferimos enfrentá-lo através do magnetismo. Impomos as mãos, uma sobre o local da dor e a outra no lado oposto, depois descemos até às coxas, com forte intenção de atrair o sangue para essas partes, quando suspeitamos que a causa do mal esteja no sangue. No

caso de simples contração dos vasos, a imposição das mãos ou o sopro quente aplicado da maneira já descrita basta para restabelecer a calma.

Devem-se evitar movimentos bruscos e cansativos, emoções de qualquer tipo; não se deve fortalecer o sangue com substâncias excessivamente nutritivas; não se devem ingerir alimentos demasiado quentes; é aconselhável deitar-se com o tronco elevado e alimentar-se moderadamente à noite.

FÍGADO

Entre vinte doenças intestinais, pelo menos dez afetam o fígado. Como os transtornos neste órgão geralmente não são considerados graves, dão-lhes pouca atenção, limitando-se a dizer: "Vive-se vinte anos com o fígado doente." Seria mais razoável dizer: "Morre-se ao longo de vinte anos", pois sofrer é realmente viver?

Quantos transtornos, cujas causas escapam ao médico, residem no fígado? Não é este órgão que contém e destila a bílis, a vida da nossa vida material e o tormento da nossa existência inteira? Quando se encontra demasiado rarefeita ou excessiva, demasiado fraca ou forte, quente ou ardente, não se torna o ácido nítrico do sangue? Não se transforma na centelha dos nervos? Como poderia o fígado não ser a primeira vítima das más condições desta substância, tão mortífera quanto vital?

Oh! Existem muitos maníacos, sedutores, criminosos, tiranos, loucos que se encontram nesse estado por causa do estado do seu reservatório biliar. Quantas convulsões, quantas doenças nervosas, quantas formas de tísica não existiriam se o sangue fosse um pouco mais fresco e suave? Quantas disputas, ódios e vinganças seriam dissipadas por um calmante tão simples como a pequena centáurea? Teria mais eficácia em corrigir o comportamento de certos coléricos do que todos os argumentos racionais do mundo.

Por isso, aconselhamos a consultar absinto, centáurea, cerefólio, funcho, azeda, fumária, chicória, limão, etc. O magnetismo emprega-se da mesma maneira que no caso anterior, ou seja, com a imposição das mãos sobre a parte afetada, à frente e atrás, seguida da ingestão de água magnetizada em jejum. Deve-se evitar licores e vinhos fortes, moderar-se nos excessos da vida amorosa e não consumir café preto.

BAÇO

O baço, cujas funções tanto têm intrigado e ainda intrigam a ciência médica, é, no entanto, um órgão ou um víscera (como se quiser denominar todas as partes do corpo aqui tratadas) cuja utilidade, apesar de debatida, não deixa dúvidas quanto aos distúrbios que pode causar no organismo humano.

As duas causas principais que perturbam as suas funções, assim como o equilíbrio do nosso ser, são: o sangue, do qual se sobrecarrega muito facilmente, e o ar, que absorve com igual sutileza. Quando está assim afetado, exerce uma grande influência sobre o estado emocional, predispondo à tristeza, à melancolia, a uma grande sensibilidade e suscetibilidade, transtornos que convém remediar, para que não assumam demasiado controle sobre a razão e se tornem fatais.

Consulte papoila, paciência, mostarda e remédios contra flatulências.

O magnetismo aplica-se da mesma forma que para o fígado.

Evite leituras tristes, a companhia de pessoas ardilosas que, ao demonstrarem compaixão, poderiam exercer influência indevida sobre si.

INTESTINOS

Se desejássemos passar por eruditos, pegaríamos um livro de anatomia e agruparíamos palavras ininteligíveis sobre outras igualmente incompreensíveis para a classe a que nos dirigimos. Para melhor descrever esta vasta cavidade, que é a nossa primeira habitação e a de tudo o que é útil à nossa existência material, visamos mais simplicidade e verdade. Ao mesmo tempo, talvez sejamos o primeiro escritor a ousar tratar de uma ciência sobre a qual as escolas não nos deram qualquer noção.

Seríamos imprudentes ao adentrar este santuário da medicina sem permissão ou diploma, se não tivéssemos como justificativa o desejo não de bem falar, mas de bem fazer; não de ser um sábio, mas um simples amigo que conta a outros amigos o que viu, fez e pensou, encorajando-os a submeter este pequeno trabalho à apreciação de quem de direito, antes de lhe atribuírem o mérito que gostaríamos que tivesse: o de dizer algo útil e consolador.

Pobre ser que somos, acabamos de nascer para todas as luzes que aqui tratamos; permitam-nos, pois, um pouco de entusiasmo. Nunca havíamos visto nem compreendido coisas tão grandiosas na natureza. Somos como uma criança que vem instruir os seus camaradas, convidando-os a segui-la para ver e julgar tais maravilhas. Sim, mantemo-nos na nossa simplicidade, não falamos a linguagem científica do verdadeiro sábio; sabemos pouco, repetimo-lo.

Para nós, o ventre, e não o abdómen, é uma vasta fossa de estrume que encerra riachos imundos chamados intestinos, nos quais circulam, com mais ou menos facilidade, velocidade e perturbação, os resíduos das substâncias mais ou menos bem preparadas pelo estômago, contendo mais ou menos sucos, mais ou menos sólidos ou líquidos, aquecidos, aquecentes, coliquativos, espasmódicos, etc., libertando líquidos acres ou suaves, ácidos ou insípidos, corrosivos ou untuosos, etc. Desses líquidos derivam fluidos gasosos mais ou menos puros, conhecidos como ventos, flatulências, etc., um tipo de perturbação para o qual dedicamos um artigo especial que complementa este.

Quanto aos transtornos das vias intestinais, sejam eles de qualquer natureza — obstipação ou diarreia, atonia ou excitação, inflamação, etc. — remetemos a aloés, aveia, beladona, centáurea, funcho, magnésia, sene, tília, violeta.

O magnetismo exerce grande influência sobre este órgão. Geralmente, as mãos são colocadas sobre os flancos, com os polegares próximos ao umbigo, descendo depois até os joelhos. Não podemos recomendar demasiado o uso de água magnetizada. Tudo o que se desejar obter com ela, especialmente neste tipo de enfermidade, se buscado com perseverança, será alcançado.

VENTOS - GASES

Os alimentos que ingerimos não são os únicos necessários à nossa existência; são apenas a matéria bruta do nosso corpo, que só pode ser processada, separada, selecionada e transportada pelos canais do nosso organismo graças a esse grande agente chamado ar — que talvez fosse mais apropriado denominar vida!

Este ar não é, como creem os nossos sentidos, uma substância mais ou menos rarefeita e diáfana, dotada de uma existência meramente mecânica. Oh, não! Essa imensa gaze que se agita suavemente tanto à superfície como no centro do

nosso globo, estendendo as suas ondulações até o azul dos céus, onde os nossos olhos a perdem nessa vasta cúpula que parece sustentada por ela, esse véu incomensurável que estimula as papilas externas do nosso ser através das suas delicadas e sedosas tramas, não é uma massa inerte nem privada de inteligência.

É uma composição de seres atómicos, cujas leis, necessidades e funções são reguladas por Aquele que tudo previu e criou. São miríades de inteligências que nos envolvem, nos penetram, vivem connosco, de nós, em nós, assim como nós vivemos nelas, delas e com elas. Não faço aqui metafísica nem misticismo; falo da natureza de forma natural. Sim, o ar é para a imponderabilidade da nossa substância o que o alimento é para o nosso invólucro de pele.

Somos para ele um espaço onde precisa e deseja circular livremente, conforme as suas necessidades. As vastas portas pelas quais entra não devem ser obstruídas nem fechadas à saída, pois fará esforços imensos para recuperar a sua liberdade; percorrerá todos os corredores do nosso ser em busca de uma saída, e se encontrar impasses de onde não possa escapar, será sempre um vizinho indesejável, trazendo mil e um transtornos, conhecidos vulgarmente como ventos — uma das grandes causas das nossas doenças, que o bisturi médico não encontra na autópsia do cadáver e que leva a ciência a exclamar: "Néant dos néants, abismo dos abismos, enfermidade sem causa apreciável."

Não há quem não tenha tido contato com esses perturbadores da nossa economia animal. Todos puderam observar e julgar a sua imensa influência, mas poucos sábios estudaram toda a capacidade desorganizadora de um vento no organismo humano.

Um bom flato (permitam-nos a expressão) pode restituir a saúde a um indivíduo, assim como pode matar outro. É sempre melhor encontrá-lo fora do que dentro. Há um vasto estudo a ser feito sobre este tema, que deixamos à ciência. Diremos apenas o que sabemos e proporemos aquilo que pensamos que pode eliminá-los ou neutralizá-los.

Todos os seres vivos respiram, sem dúvida alguma. Respirar e aspirar são sinónimos. Aspirar o quê? O ar que nos rodeia. Esse ar, introduzido aparentemente em maior quantidade pela boca do que pelas papilas do corpo, sai pelos mesmos orifícios.

Ele penetra nesse labirinto em determinado estado e modifica-se ao contactar as moléculas que encontra pelo caminho. Basta que, ao chegar aos brônquios, encontre contrações causadas pelo calor de alguns tubérculos pulmonares, ou que, ao atingir o estômago, se depare com a presença de certos alimentos ali estagnados há algum tempo, gerando ácidos mais ou menos cáusticos, para que ele mesmo se irrite, aqueça, fermente e provoque uma explosão inevitável.

É fácil compreender que uma sopa de azeda, um guisado temperado com cravinho, um copo de vinho, uma chávena de café, um cálice de aguardente, juntos, formem uma mistura de aromas particulares que, pela diversidade dos seus estados, originará um novo aroma que, ao crescer de forma desmesurada, perturbará tudo o que tocar.

Os nervos que revestem e compõem o estômago, cada um com a sua individualidade e extrema sensibilidade, irritam-se com o contacto desse aroma e de uma digestão mal preparada e mal executada, que vicia o ar do qual retiram a sua mais pura vitalidade. Convulsionam-se, e, ao contrair-se, fecham o orifício do estômago. Os alimentos retidos nessa cavidade, bem como nos intestinos, não sendo mais arejados pelo vaivém desse ar essencial à sua decomposição e assimilação, contaminam por sua vez o ar que fica aprisionado com eles.

Dessa corrupção e compressão simultâneas nascem esses transtornos sem causas conhecidas, que são chamados de cólicas, espasmos, convulsões, nevralgias e reumatismos.

Sim, já vimos um reumatismo ou uma ciática desaparecer com a simples libertação de um vento, sem qualquer estimulante. Uma gastrite pode curar-se com a purificação do estômago, muitas vezes revestido de mucosidades que geram gases e nada mais.

Uma suposta gota pode desaparecer com um simples vesicatório, embora se admita que resulta de um vício do sangue ou do estômago.

Tal maníaco, hipocondríaco ou obcecado pode ser curado radicalmente libertando um simples vento. Os anais da medicina estão repletos de tais casos. Reiteramos que, se o ar, tão essencial à nossa existência, encontrar a morada que visita limpa e desobstruída, não será perturbado nem causará perturbação. Que cada um estude e aja com prudência, conduza seus apetites com sabedoria

e mantenha sempre limpos e livres os locais onde esses distúrbios se originam. Para esse efeito, consulte os elementos que os purificam e acalmam: mostarda, magnésia, mercurial, anis, endívia, água sedativa, eupatória, roseira brava, espinafre, fumária, nespereira, arroz, açafrão, tomilho, tília, angélica, sálvia, alecrim, limão, hortelã, lavanda, além dos remédios mencionados no artigo sobre os intestinos.

Deve-se recorrer a cataplasmas e lavagens intestinais, salvo nas pessoas em que estes últimos métodos agravariam o problema, como se lançasse carvão ao fogo (veja Cataplasma).

MAGNETISMO

Não conheço nada mais eficaz do que a ação magnética nos distúrbios gasosos. Vi, em várias ocasiões, libertarem-se mais de sessenta ventos em apenas dez minutos. Para tal, coloca-se a mão espalmada sobre o centro do peito, com os dedos próximos ao pescoço, mantendo-a assim por dois minutos. Depois, desce-se suavemente em direção ao seio esquerdo e segue-se até ao flanco direito, terminando na virilha. O sopro quente aplicado sobre a cavidade do estômago (com a boca encostada a esse local) também é de grande auxílio. Meio copo de água adoçada e magnetizada produz um efeito excelente.

VIAS URINÁRIAS

Os dois artigos anteriores conduzem naturalmente a este tema, visto que os órgãos tratados estão intimamente ligados às vias urinárias. Estas são demasiado dependentes dos órgãos vizinhos para não sofrerem as suas perturbações e adoecerem com as suas doenças, ainda que também possam ter causas próprias de distúrbio. Frequentemente, essas causas derivam apenas de defeitos estruturais nessas partes, os quais só a natureza pode corrigir. Mas quando os problemas decorrem de impurezas do sangue, de doenças nos órgãos que as afetam diretamente ou do abuso do ato venéreo, é necessário remontar à origem do mal e combatê-lo com os meios adequados.

A formação de cálculos urinários provém de um aquecimento excessivo dos rins, que, por sua vez, é frequentemente provocado por um transtorno intestinal. Deve-se recorrer às plantas mencionadas neste artigo, bem como às seguintes:

espargos, aipo, cerejas, grama-cidreira, morangueiro, favas-de-brejo, líquen, linho, castanhas, erva-parelheira, mostarda, azeda, chá, tília e videira.

Nos casos de ardor urinário, a simples cura dos intestinos frequentemente resolve o problema. Se não for suficiente, as plantas mencionadas atuarão com sucesso. Quando a urina contém excessiva quantidade de mucosidades, o tratamento do estômago é, muitas vezes, o mais adequado. Para a retenção de urina, recomenda-se, antes de mais, favas, cerejas, castanhas e espargos, seguidos das demais plantas já citadas.

Nos transtornos venéreos, consulte o artigo Priapismo. Nas inflamações severas dessas partes, utilizam-se banhos de assento ou locais, combinados com infusões de plantas tônicas ou refrescantes, conforme a necessidade. As substâncias refrescantes incluem morangueiro, espargos, grama-cidreira, erva-parelheira, alface e farelo. As substâncias fortalecedoras incluem sal, sálvia, alecrim, tomilho, cânfora, lírio-do-vale, papoila, hortelã e vinho. As substâncias fortificantes só devem ser utilizadas em necessidade extrema, pois as forças desses órgãos são menos essenciais do que as dos braços e frequentemente causam mais transtornos do que os breves momentos de prazer que proporcionam.

ÚTERO

Prolapsos, Corrimentos Brancos, Supressões, Úlceras, Priapismo

Muitas mulheres sofrem de deslocamentos do útero sem perceberem, manifestando-se apenas por uma sensação de peso no baixo-ventre, de um lado ou do outro, ou por uma sensação de calor mais ou menos constante e intensa na matriz. À medida que se aproximam as regras, esses deslocamentos — dos quais as vítimas frequentemente não suspeitam — podem ser provocados pelo menor esforço, um movimento brusco, uma má posição, as consequências do parto, etc.

Nos casos evidentes de prolapso, recorre-se a pessários para sustentar o útero e permitir que os seus ligamentos recuperem um pouco de força e percam elasticidade excessiva. Contudo, os pessários são geralmente feitos de materiais duros, que mais ferem do que aliviam. Existem pessários de madeira, marfim e borracha; estes últimos são os mais utilizados, mas ainda assim apresentam

resistência excessiva para essas partes tão delicadas, além de absorverem mucosidades e fluidos que não são facilmente removidos. Como consequência, geram-se irritações terríveis, que levam rapidamente a pequenas escoriações e, posteriormente, a úlceras. Assim, em busca de alívio para um incômodo, a mulher pode acabar adquirindo uma doença grave.

Observamos que o magnetismo desaconselha o uso desses instrumentos desconfortáveis e os substitui com grande vantagem por uma esponja fina, que sustenta o útero de igual forma, é mais macia, não agride essas partes e oferece maior elasticidade. Além disso, a esponja pode ser facilmente higienizada e possui a vantagem adicional de poder ser embebida em certas infusões que acalmam a irritação dessas regiões, fortalecem o orifício do útero e são absorvidas pelos ligamentos, proporcionando-lhes a resistência de que necessitam. Essas infusões ajudam os ligamentos a encurtarem-se, facilitando, em alguns casos, a cura do problema. Mesmo que não proporcione uma cura total, esse método oferece um alívio muito superior ao dos pessários tradicionais.

Aqui estão duas infusões que se mostraram altamente eficazes:

1. Fumária, rosas vermelhas, cerefólio, tanchagem. Uma pitada de cada para um copo de água; a esponja deve ser embebida nessa infusão e aplicada, preferencialmente à noite, quando é mais fácil mantê-la no local.
2. Tanchagem, verbena, sálvia pequena, cerefólio. Uma pitada de cada das três primeiras e cinco ou seis folhas da última para um copo de água. A esponja deve ser embebida na infusão e, ao mesmo tempo, recomenda-se beber uma infusão de fumária em jejum. Esta planta tem a virtude de eliminar pequenos vermes que se desenvolvem nas mucosidades acumuladas nos sulcos do orifício uterino.

Para lavagens e injeções, recomenda-se noz-de-galha, nogueira, grama-cidreira e silva.

Acima de tudo, manter sempre uma higiene impecável.

O magnetismo é poderoso neste caso. Colocam-se as mãos sobre a parte superior dos flancos, envolvendo os rins com os dedos de modo que se toquem junto à espinha dorsal. Após permanecerem assim por cinco minutos, descem-se

suavemente, trazendo-as para a frente em direção ao ventre até as virilhas, não com a intenção de atrair algo, mas, pelo contrário, com o objetivo de fortalecer os dois grandes ligamentos que fixam o útero aos rins. Deve-se imaginar que esses ligamentos se embebem de fluido e retornam ao seu ponto de origem.

Deve-se sempre dormir com os ombros mais baixos do que os rins, evitar levantar objetos pesados, evitar más posturas e não estender demasiado os braços. Com o nascimento do primeiro filho, recomenda-se avisar o médico, que poderá facilmente recolocar o útero no seu devido lugar.

A higiene deve ser feita com água magnetizada.

CORRIMENTOS BRANCOS

Este fluxo, tão comum entre as mulheres e, sobretudo, entre as jovens, pode ter várias causas, sendo a primeira e principal um estado deficiente do estômago. A segunda decorre da pobreza do sangue, a terceira de uma menstruação irregular, e a quarta do abuso dos prazeres venéreos, seja de forma isolada ou natural.

Para a primeira causa, consulte as plantas indicadas no artigo Estômago. Para a segunda, fortaleça o sangue com substâncias apropriadas e pratique exercícios ao ar livre. Para a terceira, veja Supressão das Regras. Para a quarta, seja moderado e controle os seus desejos (veja Priapismo).

Sempre observamos bons resultados com o uso de camomila, aipo, mil-em-rama e urtiga nos casos de fluxos abundantes.

Deve-se tomar água magnetizada em jejum.

SUPRESSÃO DAS REGRAS

As causas da supressão são numerosas, acidentais e pouco uniformes, tornando-se difícil enumerá-las. Quando ocorre uma interrupção, é necessário restaurar o fluxo sanguíneo com estímulos adequados. Consideramos como supressão tanto a ausência de menstruação nas jovens quanto o período crítico da menopausa nas mulheres maduras.

Um sangue que foi chamado a seguir um curso regular e se encontra subitamente paralisado, independentemente do momento ou da causa, necessita de auxílio. Por isso, recomendamos o uso de aço, artemísia, papoila, urtiga, açafrão, tamarindo, arruda e sálvia.

Não conhecemos nenhuma planta que supere o magnetismo nesses casos. Podemos garantir que nunca falhamos quando tivemos a oportunidade de combater esta estagnação do sangue, e acreditamos que todos os magnetizadores podem afirmar o mesmo.

Nunca magnetizamos uma mulher com menstruação regular sem que o fluxo seguinte ocorresse cerca de oito dias antes do esperado. Sempre ouvimos relatos semelhantes de nossos colegas. O procedimento consiste simplesmente em colocar as mãos sobre os flancos e deslizá-las suavemente ao longo dos lados até às virilhas, onde se deve fazer uma pequena pausa antes de continuar até os joelhos, com a intenção clara de abrir um caminho para este fluxo tão necessário à saúde feminina.

Muitas vezes, a supressão resulta de um sangue espesso, aquecido ou coagulado. Nesses casos, recomenda-se o uso contínuo de água magnetizada.

Consideramos a cura das supressões pelo magnetismo como um fato matemático. Ainda que servisse apenas para esta finalidade, já mereceria uma posição de destaque entre os remédios mais estimados da atualidade. Durante a menopausa, auxilia o sangue a reaparecer ocasionalmente e a seguir um fluxo que não cause desconforto à mulher. É nestes casos que recomendamos especialmente a ingestão frequente de água magnetizada e a magnetização do corpo dos ombros aos pés.

ÚLCERAS

Se muitas mulheres, como já mencionamos, sofrem lesões devido a prolapsos, um número igualmente elevado é vítima de úlceras na matriz e na vagina.

As causas dessas ulcerações são numerosas e difíceis de identificar. As mais comuns incluem:

1. Rutura do útero durante o parto.
2. Introdução de corpos duros e inadequados.
3. Falta de higiene.
4. Calor excessivo da urina.

A vagina e o útero são mais frequentemente afetados por úlceras do que a matriz propriamente dita. Este órgão geralmente apenas desenvolve úlceras no colo, devido a:

1. Fricção com o útero em casos de prolapso.
2. Acritude do sangue menstrual.
3. Doenças venéreas.

No primeiro caso, se o sangue for puro e a higiene for mantida, a úlcera não apresenta grande perigo e pode ser curada com algumas injeções de água fresca ou de uma solução contendo algumas gotas de aguardente canforada.

No segundo caso, quando a introdução de corpos inadequados provoca um fluxo pútrido, a higiene é a primeira medida a ser tomada, seguida da interrupção de qualquer atividade venérea. Aplicam-se então injeções com uma solução de sulfato de cobre (uma dose muito pequena para um copo de água morna). Deve-se ter cuidado para que essa solução não entre em contacto com os tecidos, pois pode manchá-los de ferrugem. Observamos curas rápidas e surpreendentes com esse método, que se mostrou mais eficaz do que qualquer cauterização convencional.

No terceiro caso, a falta de higiene deve ser corrigida pela prática regular da limpeza adequada.

O quarto caso está intimamente ligado ao anterior. Se a urina estiver aquecida por causas próprias, pode irritar e queimar os grandes lábios. Se houver falta de higiene, estas áreas podem cobrir-se de pequenas feridas que rapidamente se transformam em úlceras perigosas. Nestes casos, recomenda-se lavar a região com água fria, podendo-se dissolver uma pequena quantidade de alume de rocha ou algumas gotas de amoníaco líquido.

Os homens não são menos suscetíveis do que as mulheres a essas pequenas feridas. O tratamento é o mesmo.

Se esses distúrbios forem causados por urina ou menstruação, recorre-se a elementos refrescantes, como grama-cidreira, cevada, morangueiro e cereja (veja Vias Urinárias).

Se as úlceras forem resultado de doenças venéreas, consulte paciência, salsaparrilha, linho, cevada, grama-cidreira e as plantas mencionadas no artigo anterior.

Se a úlcera se localizar na matriz, recomenda-se a injeção já mencionada, bem como infusões refrescantes, caso a causa seja o calor excessivo do sangue.

PRIAPISMO

Fúria uterina, masturbação, poluções noturnas, íncubos e súcubos

Estes são os diversos nomes atribuídos a desejos desordenados dos órgãos genitais.

1. Um frágil infante, cujos órgãos ainda mal se desenvolveram e são quase invisíveis, pode sentir ardor e agitação inexplicáveis. Infelizmente, adultos que nunca estudaram tais perturbações desprezam aqueles que sofrem e os condenam. A criança leva a mão à região afetada, procurando alívio, exatamente como um doente de sarna que se coça incessantemente.
2. Na idade adulta, estes impulsos unem-se às necessidades do coração. A natureza ordena, e o ser humano sente prazer em obedecer.
3. No auge da virilidade, essa agitação pode atingir níveis alarmantes, originando paixões lascivas que desonram a espécie humana. No entanto, há uma desculpa para tais desvarios: as doenças que os provocam. Dado que o problema existe, é necessário compreendê-lo e combatê-lo, ou ao menos atenuá-lo.

O priapismo pode ter várias origens:

A. Um sangue venéreo herdado, que permanece latente até que uma circunstância ou um contato o desperte. Também pode manifestar-se desde o nascimento, sem qualquer relação com o ato venéreo.

B. A fraqueza dos órgãos genitais ou o relaxamento dos vasos espermáticos, que provoca uma perda contínua e imperceptível de esperma, aquecendo a região e estimulando o desejo sexual. Essa mesma perda gera sonhos lúbricos, nos quais a alma interage com seres imaginários, conhecidos como súcubos e íncubos. A questão de sua existência é irrelevante; o fato é que o fenômeno ocorre e deve ser combatido.

C. O calor dos intestinos, causado por uma bílis demasiado forte, pode irradiar para os órgãos vizinhos e provocar perturbações semelhantes.

D. O excesso de eletricidade no organismo pode estimular os nervos, causando o mesmo efeito da fraqueza, mas por um mecanismo oposto.

E. A falta de higiene e o descuido com essas partes do corpo, que tanto necessitam de cuidados, são causas bem conhecidas dessa agitação.

F. As flueiras brancas e as mudanças hormonais associadas à menstruação umedecem a região genital com humores quentes e irritantes, promovendo a excitação.

G. Pequenos vermes podem alojar-se nessa região, causando irritação e provocando desconforto sem que a pessoa suspeite do motivo.

H. Há também causas de ordem moral, derivadas do ambiente em que se vive, das leituras, das imagens e das conversas que despertam tais impulsos.

A seguir, indicamos os remédios apropriados para cada caso.

A. Sangue viciado, seja hereditário ou adquirido pelo ato venéreo. Deve-se recorrer a depurativos de forma persistente, pois o sangue não se purifica em poucos dias. Certos remédios são apresentados como curas rápidas, mas apenas reprimem o problema, tornando-o mais difícil de tratar no futuro. Consulte paciência, salsaparrilha, fumária, chicória, saponária, consolda-maior, buglossa, agrião, linho e plantas refrescantes como grama-cidreira, morangueiro, cevada, limão e farelo.

B. Fraqueza dos órgãos genitais. Prescrevem-se fortificantes como sálvia, alecrim, tomilho, hortelã, canela, café, camomila, aipo, cânhamo e papoila. São mais eficazes em infusões para banhos locais do que ingeridos, pois podem

estimular excessivamente outros órgãos. É recomendável testar ambos os métodos com moderação.

C. Calor intestinal excessivo. Empregam-se as plantas citadas neste artigo.

D. Excesso de eletricidade. Recomenda-se banhos frios, evitar bebidas alcoólicas e consumir líquidos ácidos, como limonadas. O magnetismo pode ser útil nesse caso, transferindo o excesso de energia para outra pessoa que tenha deficiência dessa força vital. O equilíbrio entre os dois corpos será restabelecido. Deve-se também avaliar se o excesso de calor decorre de uma alimentação excessiva ou de uma bílis demasiado quente. No primeiro caso, convém moderar o apetite; no segundo, consultar as plantas indicadas nos artigos Fígado e Intestinos.

E. Falta de higiene. Um pouco de água fria não deve assustar ninguém. O porco busca a sujeira; o homem não é da mesma espécie e deve diferenciá-lo pela sua limpeza.

F. Flueiras brancas. Consulte o artigo correspondente.

G. Vermes nos órgãos genitais. Consulte o artigo Vermes.

H. Influências ambientais e morais. Aqui devemos refletir. Os desejos venéreos são uma das mais poderosas leis da natureza, e reconhecemos sua necessidade, pois é por eles que existimos. No entanto, entre a necessidade ordenada e o desregramento existe um abismo repleto de sofrimentos, lágrimas e doenças. Devemos, portanto, erguer barreiras contra esses excessos, seja por meio da razão, seja com o auxílio da medicina.

Perguntamos: será que a severidade exagerada de certos pais, que muitas vezes são impudicos eles mesmos, não seria mais eficaz se eles tratassem dessas questões com seus filhos de maneira menos repressiva e mais instrutiva? Se soubessem guiar a juventude com equilíbrio, sem imposições cegas, mas com orientações adequadas, não seria esse o melhor caminho para evitar tais desordens?

Essa educação paterna preveniria os desregramentos decorrentes do contato com gravuras obscenas, livros envenenados por citações que inflamam os

sentidos de quem os lê, conversas impudicas em oficinas, casas de prostituição, verdadeiros esgotos de delírios de toda espécie, onde o homem disputa com os animais a sua bestialidade.

Oh, meu Deus! Se os olhos da juventude fossem mais habituados a ver, como em Atenas, e os seus ouvidos mais acostumados a ouvir certas coisas naturais, que lhes são ocultadas sob o véu do mistério, despertando neles uma curiosidade insaciável; se os pais soubessem ser os primeiros a merecer a confiança dos seus filhos, consumidos por desejos que satisfazem às escondidas, tão fáceis de acalmar com um regime adequado e conselhos prudentes, a nossa pobre espécie não estaria ameaçada de desaparecer no mundo como um rebanho de miseráveis idiotas, afundados na podridão das suas devassidões.

Uma mãe sábia e previdente saberia guiar o coração da sua filha; um pai, por sua vez, orientaria o do seu filho; ambos combateriam, ao mesmo tempo, as perturbações do corpo e as da alma.

Para esse efeito, aconselhamos, nos casos de grande agitação dos órgãos genitais e de poluções noturnas, que destroem tanto o sistema nervoso quanto todo o organismo, o seguinte regime: tomar uma infusão de raiz de morangueiro (numa quantidade semelhante ao tamanho do dedo mínimo), combinada com uma pitada de pedúnculos de cereja e uma colher de sopa de sementes de linho. Essa mistura deve ser fervida por dez minutos, e recomenda-se beber um copo em jejum e outro uma hora antes da última refeição.

À noite, devem-se aplicar, duas vezes por semana, cataplasmas sobre o membro ou o clitóris, preparados da seguinte forma: cozinhar uma cebola de lírio em banha de porco, em fogo muito brando; no momento da aplicação, misturar uma gema de ovo bem fresca e colocar a preparação entre dois panos, aplicando-a ainda quente e mantendo-a o máximo de tempo possível.

Além disso, devem ser tomados dois banhos de assento por semana, com duração de uma hora cada, se possível, adicionando dois quilos de sal grosso à água. Esses banhos não devem ser tomados nos dias de aplicação dos cataplasmas. Esse regime deve ser seguido com rigor até que se obtenha cura ou alívio.

Salienta-se que esse tratamento é indicado apenas para constituições frágeis, pois, em cada dez casos dessas doenças (excluindo os originados por infeção venérea), pelo menos sete são causados pela fraqueza dos órgãos, que leva à sua constante agitação.

Os banhos locais de limpeza, levemente alcoolizados com algumas gotas de aguardente canforada, são muito refrescantes e calmantes, especialmente para as mulheres que sofrem aquecimento devido à menstruação. A água magnetizada também é de grande auxílio, tanto para uso externo quanto interno.

Nos casos de aquecimento simples, pode-se aplicar uma fina camada de pomada de pepino ou pomada canforada nessas regiões.

Quando há inflamação do glande ou dos grandes lábios, são muito úteis as lavagens com infusões de sementes de linho, farelo, alface e erva-parelheira. As duas últimas são frias, enquanto as duas primeiras têm propriedades suavizantes, sendo mais adequadas nos casos em que há início de ulceração.

Sabedoria, prudência e limpeza formam uma tríade moral que vale mais do que todos os remédios do mundo nesses casos.

Independentemente da visão de quem leia este livro, que julgue com menos severidade as vítimas dessas terríveis doenças e as olhe com mais compaixão. Não sejamos rápidos em condenar a pobre jovem cujo olhar ardente procura o prazer, enquanto suas faces, ruborizadas pela vergonha, o reprovam. Ela é consumida por um fogo interior que a devora e por uma vergonha que a destrói; ela é, ao mesmo tempo, a prostituta pelo vício e a virgem pelo sofrimento.

HEMORROIDAS

Essa enfermidade, que é mais uma incômoda condição do que uma verdadeira doença, é, para algumas pessoas, uma necessidade tão natural quanto o fluxo

menstrual para as mulheres. Embora desconfortável, não é necessariamente perigosa, e em certas circunstâncias, sua cura pode até ser prejudicial.

Existem inúmeros remédios para essa condição, mas, por não termos estudado todos, recomendaremos apenas os que conhecemos por experiência própria: orpin, salsa, pervinca e mostarda.

Além disso, é aconselhável examinar as funções intestinais e consultar o artigo Intestinos.

VERMES

Comumente, usa-se este termo para designar certas espécies de animais e micro-organismos que proliferam neste invólucro de pele acetinada que constitui o nosso corpo. Até as papilas mais macias da nossa epiderme são habitadas por miríades de átomos vivos que formam a nossa individualidade material.

Não pretendemos aqui descrever a estrutura atômica do nosso organismo. Basta-nos saber que, da raiz do cabelo até a extremidade de um fio capilar, há milhares de seres microscópicos que ignoram tanto quanto nós o que são, o que fazem e como sua atividade determina a nossa própria existência. Da sua aparente inatividade nascem os nossos desequilíbrios internos, que, por sua vez, afetam todo o funcionamento do organismo.

Esses micro-organismos incluem alguns monstros conhecidos como tênias, lombrigas, helmintos, áscaris, entre outros que nem possuem nome. A sua presença no corpo humano e os seus efeitos devastadores são perigosos o suficiente para justificarmos todos os esforços possíveis para nos livrarmos deles.

Por essa razão, remetemos ao uso de aloés, absinto, angélica, leite-de-galinhas, camomila, cânfora, centáurea, limão, fraxinela, noz-moscada, mostarda, alho, persicária, segurelha, tomilho, entre outras plantas medicinais.

Além do consumo interno dessas ervas, recomenda-se também a lavagem das áreas afetadas com as infusões das mesmas, pois muitas vezes, as irritações cutâneas são causadas por esses micro-organismos.

ESCROFULOSE, ENGURGITAMENTOS SANGUÍNEOS, DEPÓSITOS, ETC.

Não há regurgitamentos, depósitos nem escrofulose sem causa. Esta última resulta de uma impureza no sangue, que precisa ser purificado e refrescado. Os depósitos frequentemente têm a mesma origem, mas também podem ser consequência de ferimentos mal tratados. Já os regurgitamentos possuem causas tão variadas que não se pode apontar uma específica como principal.

Se o sangue estiver estagnado, o primeiro passo é restaurar sua circulação; se estiver aquecido por humores, estes devem ser eliminados. Para esse efeito, recomendamos: bardana, buglossa, cânfora, cenoura, centáurea, limão, agrião, pepino, silva, elixir anti-mucoso, paciência, salsaparrilha, saponária, valeriana, entre outros.

O doente deve observar seu estado e recorrer às propriedades específicas das plantas mencionadas, identificando a que melhor se adapta ao seu caso. Essa análise é valiosa, pois fortalece a energia moral do paciente, estimula sua necessidade de conhecimento e reacende a voz instintiva que a ciência, muitas vezes, abafou.

Nos animais, esse instinto é seu melhor médico. Se essa voz fosse mais consultada e menos desprezada, quantos males não seriam evitados por meio de remédios adequados, em vez de serem agravados por tratamentos inadequados?

Nossos órgãos são entidades vivas que conhecem melhor do que qualquer terceiro aquilo de que necessitam em momentos de desequilíbrio. Basta consultá-los, sugerir um ou outro remédio, e logo se sentirá uma atração ou repulsa natural pelo que lhes convém ou prejudica. Esse é o princípio da intuição sonâmbula, da atração e repulsão de Newton, da simpatia e antipatia entre os seres.

O magnetismo também pode ser empregado com sucesso nesses casos. A imposição das mãos sobre as áreas afetadas alivia a sensação de ardor, enquanto os passes de grandes correntes restabelecem a circulação sanguínea.

REUMATISMOS - GOTA

Nestas afeções dolorosas, podemos oferecer mais alívio do que uma cura definitiva, pois quem afirma ter curado o reumatismo deveria, na verdade, dizer que este apenas adormeceu por tempo indeterminado.

O magnetismo é um dos mais poderosos remédios que já observamos dar resultado, mas hesitamos em recomendá-lo amplamente, pois quem deseja curar a gota ou o reumatismo corre o risco de transferir para si a dor do paciente.

Muitos magnetizadores acreditam estar imunes a essa transmissão de doenças; não compartilhamos dessa opinião. Não se deve brincar impunemente com forças desconhecidas. Tardiamente, reconhecemos que, em tais casos, a caridade bem ordenada deve começar por si mesmo.

Por essa razão, sugerimos apenas o magnetismo intermediário: a aplicação de tecidos de lã sobre as áreas doloridas, previamente magnetizados com a intenção de aliviar o sofrimento.

(Consulte também buglossa, cenoura, loureiro-amêndoa, noz-moscada.)

PARALISIA GERAL OU LOCAL

As paralisias são, geralmente, o resultado do esgotamento vital de uma parte do corpo ou a cessação temporária de suas funções devido a um bloqueio em algum ponto do sistema nervoso, vascular ou tendinoso.

Em ambos os casos, a recuperação da atividade normal só pode ser alcançada por meio de dois dos mais conhecidos agentes estimulantes: eletricidade e magnetismo. Estes não criam nem controlam a vida, mas são recipientes ativos que a dividem, elaboram, manifestam e transmitem com maior ou menor intensidade.

Temos conhecimento de curas extraordinárias de paralisias locais e gerais, bem como de hidropisias, realizadas pelo nosso respeitável amigo, o doutor e galvanista Andraud, cuja prática se estendeu por mais de trinta anos.

Esse estudioso e hábil médico, a quem devemos a devida menção, obteve seus êxitos graças ao estudo aprofundado dos centros, fases e graus dessas doenças,

que poderiam ser chamadas de "doenças da morte", pois reduzem o ser humano a uma alma encerrada em um corpo imóvel, como um caixão de carne.

Sinceramente, acreditamos que apenas **eletricidade e magnetismo** podem resgatar um doente desse estado. A eletricidade, quando aplicada por profissionais competentes, e o magnetismo, quando administrado por mãos devotadas, são os mais poderosos estimulantes conhecidos.

Os tratamentos podem ser longos, mas também podem operar curas milagrosas. Nenhum medicamento é tão eficaz quanto esses dois métodos. Portanto, a eles devemos recorrer, assim como a Deus, o único e supremo doador da vida, suplicando-Lhe que toque, com uma centelha divina, o corpo ou membro paralisado, restaurando-o à existência ativa.

FERIMENTOS, CONTUSÕES, ESCORIAÇÕES, ENTORSES

As causas dessas afeções estão claras em seus próprios nomes, de modo que apenas direcionamos o leitor para os seguintes remédios: aço, arnica, morelha, margaridas, aguardente canforada, verbena, vulnerária, além do magnetismo local ou dos passes de grandes correntes.

DOENÇAS IMPREVISTAS

Para esses males, consulte os depurativos mencionados nos artigos **Vias Urinárias** e **Escrofulose**, bem como remédios como **cebola branca, orpin, banhos locais e loções de água magnetizada morna**.

QUEIMADURAS

(Ver **nogueira** e **orpin**.)

O magnetismo interrompe o avanço da lesão.

CORTES

(Ver **angélica**.)

Acima de qualquer outro remédio de origem vegetal, como bálsamo, lírio ou orpin, há a **couperose branca**, outrora conhecida como **pó de simpatia**.

Já experimentamos a eficácia desse pó em nós mesmos pelo menos vinte vezes, devido à nossa profissão, na qual ferramentas afiadas e traiçoeiras frequentemente nos feriam mais do que desejaríamos. Nunca levamos mais de vinte e quatro horas para ver nossas feridas cicatrizarem, por mais profundas que fossem.

Testamos esse pó em um grande número de pessoas feridas e obtivemos sempre o mesmo resultado. Não tivemos tantas oportunidades de verificar sua suposta eficácia à distância, como dizem alguns, mas atestamos aquilo que presenciamos.

O método é simples: utilizamos couperose comum, sem qualquer preparação especial, dissolvendo uma pequena porção em meio copo de água. Assim que se dissolve, mergulhamos uma compressa de pano na solução e aplicamos sobre o corte. Não removemos a compressa para umedecê-la novamente, apenas despejamos algumas gotas da mesma água sobre ela a cada duas horas. Esse procedimento reduz rapidamente a sensação de ardor e cicatriza a ferida em curto prazo.

A água magnetizada tem efeitos quase tão eficazes quanto a água de couperose.

INSÔNIA

É um tormento para certas almas, que, após passarem doze horas lamentando as loucuras humanas, não conseguem fechar os olhos e perdem outras doze horas num mundo de vigília, quando gostariam de esquecer este mundo no reino dos sonhos.

A insônia não é uma doença em si, mas um reflexo da relação entre o corpo e a alma com todos os seus órgãos. É a escravidão do rei da Terra diante da corrida descontrolada de uma gota de sangue mais ativa do que o normal, de uma excitação nervosa provocada por tal ou tal posição de uma estrela, da lua, ou até mesmo por gases inflamados nos intestinos ou no estômago. Pode ser um furúnculo que se desenvolve, uma ideia persistente que percorre o nervo ótico no momento em que todas as outras já repousam.

Ou, quem sabe, é algo ainda mais banal: uma pulga, um percevejo, um grão de areia ou uma pena incômoda. Sim, mesmo esses pequenos incômodos podem impedir o sono do "rei da criação" e, se recorrentes, tornarem-se uma insônia permanente.

O que fazer? Alguns dirão simplesmente para fechar os olhos e se calar. Nós preferimos sugerir o uso de **cânfora, cânhamo, laranjeira, tília, papoila, papoila-vermelha** e a consulta aos artigos **Intestinos, Estômago e Vias Urinárias**.

O **boné de dormir e a cama podem ser magnetizados**, assim como qualquer bebida ingerida antes de deitar-se.

DOENÇAS NERVOSAS

Definidas sob os nomes de **histeria, epilepsia, tétano, vertigens, delírios, hipocondria, melancolia, alucinações, sonambulismo, catalepsia, êxtase, nevralgia, cãibras, tremores, convulsões, paralisia, febres nervosas, nostalgia, aversões inexplicáveis, ideias fixas**, entre outras.

Essas enfermidades receberam tais denominações para chamar a atenção dos médicos para certos fenômenos específicos. No entanto, infelizmente, a sede da doença nem sempre é a mesma, e sua causa física muitas vezes escapa ao bisturi.

Dessa forma, essas doenças foram classificadas em duas categorias:

Causas morais

Causas físicas

Vamos examiná-las sob ambos os aspetos.

CAUSAS MORAIS

O termo **moral** refere-se aqui a uma organização não física e não percetível pelos sentidos. Ainda assim, essa organização possui leis próprias e mantém uma relação estreita e ativa com a organização física.

Ela comanda pelo pensamento, que é sua natureza, e a segunda executa pelo corpo material, que também lhe pertence. Nenhuma das duas pode ser perturbada sem que essa perturbação seja partilhada.

O moral representa a alma, que só vive e sente através do pensamento. Quando está perturbado, é porque os pensamentos, que formam seu único domínio, também se encontram desordenados.

A solidariedade e a simpatia entre a alma e seus pensamentos são tão grandes e necessárias que, se um único pensamento se desvia e permanece fixo num local que não lhe pertence, ele desestabiliza todo o equilíbrio mental e físico do ser. Isso pode levar a estados conhecidos como ideia fixa, loucura ou alucinação.

Frequentemente, basta a simples receção de uma notícia feliz ou trágica, a visão de um objeto repulsivo, um medo súbito, uma paixão intensa, um desejo ardente ou uma ambição desmedida para provocar um colapso no equilíbrio mental.

O pensamento original que gerou esse desejo ou necessidade instala-se como um tirano na mente, subjugando todas as outras ideias que tentam restaurar a harmonia interna. Daí surgem estados que algumas pessoas chamam, injustamente, de obsessão estrangeira e os distúrbios que dela derivam.

Mas para que isso ocorresse, poderia perguntar-se, não seria necessário que os pensamentos fossem seres vivos, dotados de forma e corpo próprios?

Respondemos que sim. É exatamente assim que entendemos o fenômeno, pois foi assim que o vimos com nossos próprios olhos e sentimos com nossos próprios sentidos espirituais.

Foi dessa forma que o demonstramos a inúmeras pessoas, cujas visões foram relatadas em nosso santuário do espiritualismo.

E é porque, mesmo na física, não se pode admitir a possibilidade de uma sensação sem contacto – tal como um corpo organizado não pode existir sem o toque de outro corpo –, que nos ficou provado que as sensações provocadas pelos pensamentos, sendo por vezes muito mais dolorosas e intensas do que as sensações materiais, devem estar sujeitas à mesma lei.

Se elas não emanassem de uma substância qualquer em contacto com outra substância da mesma natureza, que, por um casamento contíguo, conduz assim à sensação dita material, não sentiríamos qualquer emoção ao receber a notícia da perda de um dos nossos, da nossa fortuna ou da nossa honra. A dor que experimentamos, as lágrimas que derramamos, a agitação que nos domina, provam-nos que toda a nossa máquina foi posta em movimento por uma alavanca oculta, que não se pode negar, embora invisível aos nossos olhos, e diremos, com o físico: "Não há sensação possível sem contacto."

Assim, para nós, os pensamentos são verdadeiramente seres vivos, como nos revelou o espírito Emmanuel Swedenborg nos nossos *Arcanos da Vida Futura Desvelados*; são individualidades interdependentes, podendo em certos casos tornar-se independentes, tal como um senhor que se emancipa da dominação do seu monarca. O monarca destes seres é a nossa alma e, quando há perturbação entre eles, a alma encontra-se na mesma situação que um monarca cujos súbditos se revoltaram contra a sua autoridade, deixando de ter poder sobre eles.

Se os pensamentos não fossem corpos substanciais – como tentámos demonstrar –, então seriam suscetíveis de compressão e dilatação (para utilizar uma linguagem compreensível) e, por conseguinte, necessitariam de um certo espaço para executar os seus movimentos, que só poderiam ocorrer em determinados lugares que lhes são apropriados, os quais acreditamos serem os nervos e o sangue. Neste último, os pensamentos residem num estado de feto, digamos assim, e nos primeiros num estado de vida e atividade.

A partir daí, parecem dirigir-se para dois locais principais, que se acredita serem o coração e o cérebro. É nesses órgãos que manifestam o seu poder e depositam toda a sua objetividade e o seu amor pela causa comum; são transportados para esses lugares pelo sangue e pelos fluidos, tanto os ponderáveis como os imponderáveis.

No percurso até esses locais, fazem-se sentir através de um atrito (que designamos assim para tornar mais clara a nossa definição), semelhante ao de um tecido mais ou menos macio sobre uma ferida aberta; daí nasce a sensação mais ou menos agradável que proporcionam ao corpo. Se assim for, os pensamentos só devem chegar aos seus locais de junção e manifestação depois

de terem passado por milhares de condutos, cujo bom estado e livre circulação permitem a sua ascensão fácil e uma manifestação bem-sucedida.

Mas, se alguns desses condutos (que nada mais são do que os ramos nervosos e os vasos sanguíneos) se encontrarem em mau estado, obstruídos, bloqueados ou comprimidos pela proximidade de um corpo qualquer, por humores ou fluidos inflamados pela eletricidade, então os pensamentos serão influenciados pelos meios que terão de atravessar e não se manifestarão no seu brilho, independência e plenitude das suas atribuições.

Daí nascerão a cólera, a melancolia, o medo, a dor moral sob mil formas – o que ocorre em quase todas as doenças de que nos ocupamos neste momento. A causa física está, assim, ligada à causa moral, uma derivando da outra de forma inquestionável; e a única maneira de compreender essas doenças é a que propomos e que iremos ainda tornar mais clara, se possível, com o seguinte exemplo.

(1) Não cremos que a nota seguinte esteja deslocada num livro médico, uma vez que expressa tão bem o nosso pensamento e provém de um homem cujos conhecimentos de anatomia igualavam os seus conhecimentos de psicologia. Se a tivéssemos lido mais cedo, ter-nos-íamos limitado a citá-la, sem acreditar estar a dizer algo de novo e muito problemático, pois Swedenborg já o havia dito antes de nós.

Afirmamos que só no momento em que a impressão do nosso livro está prestes a terminar é que lemos, pela primeira vez, esta obra intitulada *Tratado Curioso dos Encantos do Amor Conjugal neste Mundo e no Outro*, de Emmanuel Swedenborg, tradução de M. de Brumore (1784), onde encontramos, na página 192 e seguintes, um capítulo no qual Swedenborg relata que, numa das suas visões, assistiu, num templo celeste, a uma discussão entre sábios sobre a natureza da essência da alma. Eis o trecho que sustenta o que dizemos a respeito das sensações que os pensamentos devem experimentar na sua ascensão para os seus locais de manifestação:

"Não conheço da nossa alma, disse um terceiro, senão o espaço que ocupa e os efeitos que nele produz. Esse espaço é o coração, onde o sangue, sempre ativo, ao ser constantemente levado e trazido, vem beber nesse centro, que encerra as emanações dessa essência e as distribui por todas as partes do nosso ser.

Conforme a constituição particular de cada um dos nossos órgãos, essa essência aí se desenvolve em maior ou menor grau, dependendo da sua predisposição para fixar e reter essas influências.

Assim, vemos que certas partes do nosso ser apenas retêm um princípio de vida neutro e insensível; outras conservam apenas a sensibilidade e o calor; outras, enfim, acumulam-na o suficiente para triunfar da filosofia, recusando reconhecer outro primeiro assento das nossas ideias que não o cérebro, sem considerar que essas influências acumuladas só se espiritualizam na proporção das disposições mais perfeitas que as detêm e fixam, etc."

(As palavras sublinhadas são da nossa autoria.)

Se admitirmos esta proposição, admitimos também a sua consequência: que as ideias, podendo ser influenciadas pelos meios que atravessam, devem, por sua vez, influenciar as nossas necessidades, os nossos apetites, o nosso juízo, fornecendo-nos a chave para a origem das chamadas doenças mentais. Curemos a matéria, e o espírito será livre. Que o nosso coração seja de boa composição, e cada um dos órgãos que dele se alimentam só encontrará nele calma e saúde!

O percurso das nossas ideias no organismo assemelha-se ao dos transeuntes numa qualquer rua da capital. Se um acidente ocorre diante dos seus olhos e perturba a sua marcha – um incêndio, uma pessoa atropelada, uma altercação, um roubo ou um assassinato –, cada testemunha do acontecimento, ainda que não tenha qualquer envolvimento direto e esteja preocupada com os seus próprios assuntos, experimenta, ao deparar-se com a cena, um pensamento solidário, um pensamento comum a todos os que, como ela, foram testemunhas: esse pensamento nasce do facto ocorrido, ou seja, pode ser triste ou revoltante, generoso ou exigente.

Cada transeunte esquece, por um momento, os seus assuntos individuais para se ocupar do que se tornou uma preocupação partilhada por todos. Ao regressar a casa, cada um relata o que viu e transmite, por um tempo mais ou menos longo, a mesma impressão àqueles que o ouvem, tal como ele próprio a recebeu.

Os pensamentos seguem as mesmas condições. Se, no seu percurso, encontram um obstáculo – mesmo que não idêntico, mas pelo menos

comparável –, provocarão, no local onde se manifestarem, a mesma emoção que sentiram no momento da sua travessia.

Que uma jovem, ao partir para um baile onde espera encontrar a felicidade que corresponde aos seus desejos, se depare com um dos eventos que mencionámos, e a sua entrada no salão de dança já não será como imaginava; ela partilhará a sua emoção com as companheiras, o que acabará por afetar o ambiente e perturbar a festa. Ora, meu Deus, a festa do corpo, o baile da alma, é a saúde, é a harmonia geral de todo o ser. Se uma das individualidades que ali participam faltar, as outras não poderão desfrutar de uma alegria plena, pois essa alegria não será partilhada por todas.

A alma encontra-se em relação aos seus pensamentos como uma mãe dedicada aos filhos: se um deles está doente ou ausente do seu coração, ela inquieta-se, sente-se perturbada, aflita, e só encontra descanso ao recuperar o que perdeu. A loucura e a alucinação são muitas vezes consequência desse desarranjo das ideias ou do domínio de um pensamento que, desviado do seu caminho, se fixa num ponto de onde pode perturbar todos os outros. Esta questão tem sido pouco ou nada estudada sob este prisma, que, no entanto, não é de desprezar.

Eis um tema digno da atenção do fisiologista e do médico. O exterior não é o interior das coisas; as formas não são os átomos que as compõem; as leis de um povo não são as suas paixões. Se o médico, ao perder o rasto de uma gota de sangue, seguisse a trajetória do fluido em que essa gota se dilui e a sua marca espiritual, invisível a todos os olhos materiais, falaria com menos dogmatismo sobre bílis, mucosidades, humores diversos, pois todas essas substâncias têm um princípio interno que lhes dá origem. São apenas efeitos, cujas causas permanecem desconhecidas ao bisturi, mas não ao espiritualista.

No pouco que acabamos de expor, há um mundo maior que o nosso a ser explorado. Para nós, que tivemos a sorte de muito sofrer – e, por consequência, de muito observar –, concluímos que as chamadas doenças nervosas dependem de duas causas, sendo uma delas a que acabamos de descrever. Passaremos agora à segunda, pedindo ao leitor que não as separe e que se recorde de que:

1º – O corpo não pode estar doente sem que as ideias sintam a sua dor;
2º – Cada dor tem os seus grupos de ideias, nas quais parece encontrar prazer e que desaparecem com ela.

Causas físicas

Estas dependem das afeções dos diferentes órgãos:

- A afeção do baço gera a melancolia;
- O fígado provoca o abatimento ou a cólera, conduzindo ao suicídio e ao crime;
- O coração produz as paixões intensas, a ambição, o desejo de riqueza e de honrarias;
- O estômago inspira o desgosto pela vida, o desespero, o suicídio e as antipatias;
- Os pulmões influenciam os desejos, a sensibilidade, a irritabilidade, o amor pela vida e a busca pelo conforto;
- A cabeça rege as ideias fixas, a ânsia pelo domínio, o embrutecimento, a leviandade de juízo, a vontade de amar e possuir sem valorizar as coisas.

Mas nenhuma afeção é tão triste quanto as que atingem as vias urinárias, pois estas dão origem a todos os desejos imagináveis e conduzem a todos os crimes impensáveis. Tal ocorre porque, no funcionamento desta "república de vermes", há momentos em que alguns devem ser expulsos, buscando refúgio num território que lhes apraz. Dessa ação aparentemente mínima pode decorrer, para o homem que os expulsa, vinte anos de trabalhos forçados por violação, uma vida de desonra, e duas ou três gerações marcadas pelo opróbrio. Pode igualmente resultar – o que parece um acontecimento banal, mas é cem vezes pior do que vinte anos de galés – um casamento desajustado, a negação de toda a paz e felicidade! Um casamento infeliz significa adultério, lágrimas e sofrimentos atrozes!

Quantos pensamentos desempenham um papel crucial num espaço de tempo tão longo! E, no entanto, tudo começou com alguns vermes a mais num lugar que não os podia conter. Este quadro grosseiro não é aqui um capricho despropositado; é um pensamento observador que convida os seus semelhantes a fazer o mesmo e que exclama: "O que somos nós, afinal, na nossa esplendor?

Se somos tão pouco, o que nos restaria na nossa queda, sem a mão de Deus para nos salvar?"

Os intestinos também desempenham um papel importante nos distúrbios morais, pois influenciam todos os órgãos vizinhos, adoecem-nos e conduzem os pensamentos a desordens incalculáveis. Vemos, pois, neste breve panorama – que não é exagerado nem exaustivo – o quão essencial é estudar ambas as organizações (a física e a mental) e trabalhar para a sua cura conjunta. Só assim poderemos erradicar estas doenças nervosas, que são o maior obstáculo da medicina e de todas as ciências em geral.

Os órgãos que acabamos de mencionar sendo, geralmente, o centro das doenças nervosas, é aconselhável consultar os artigos que tratam do assunto, assim como as plantas calmantes e tónicas, que são: espinheiro-alvar, betónica, café, cânfora, cenoura, centáurea, cânhamo, genciana, limão, visco de carvalho e de olmo, alfazema, mostarda, lírio-do-vale, laranjeira, prímula, alecrim, sálvia, tomilho, valeriana, entre outras.

Não está provado que os nervos sejam suscetíveis de doenças ou decomposição. Eles apenas são influenciáveis, nada mais: essas influências são ou físicas ou morais, como já dissemos. As causas morais podem resultar de uma simples palavra, de um susto, etc., que interrompe o curso dos fluidos e propaga uma desordem nas ideias, o que, por sua vez, desencadeia um distúrbio físico. As causas físicas, por outro lado, são originadas por acidentes ou perturbações nos órgãos que mencionámos. Sugerimos remédios para as causas físicas; propomos agora remédios morais para as causas morais, que consistem em distração, exercício, e a compressão, por todos os meios possíveis, do pensamento dominante; deve-se tentar substituí-lo por outras ideias, outras paixões, outras sensações, tratando-as sempre em conjunto com o corpo, pois a lei da solidariedade que os une exige auxílios recíprocos.

Um dia, quando Adèle me visitava durante a terrível doença que já mencionei, na qual todo o meu sistema nervoso se encontrava exausto e num estado inacreditável de sensibilidade, eu já não lhe dirigia perguntas há algum tempo; pois há um momento, em todas as enfermidades, em que se perde a força para pensar e julgar, em que já não há esperança nem fé em nada. Deixava-me tratar apenas por dever de consciência e para satisfazer aqueles que se preocupavam

comigo. Nesse dia, digo eu, num momento de completa desmoralização do meu espírito, Adèle, que percebia o profundo transtorno de todas as minhas faculdades, quis reanimar a minha capacidade de observação através de uma nova descrição do meu estado atual, que teve o encanto de despertar as minhas ideias e até de me levar a tomar esta nota, que considero útil neste artigo.

Eis as suas palavras:

"Estou satisfeita, as tuas fibrilas nervosas estão a despertar ao contacto do fluido de que estavam privadas há tanto tempo."

— Que fluido é esse? — perguntei-lhe.

"Dá-se-lhe o nome de fluido, mas, para mim, é mais uma substância do que um fluido, pois aparece-me como uma emanação leitosa, esbranquiçada, embora translúcida, mais ainda nas extremidades dos canais por onde passa do que nos pontos de junção. Isso pode justificar que seja chamado de fluido, pois, ao projetar-se para fora do corpo, só pode fazê-lo em estado de evaporação; mas, para mim, o chamado fluido nervoso é uma substância."

— O que observas a esse respeito em mim? Falaste de fibrilas nervosas; o que entendes por esse termo "fibrilas"?

"Refiro-me aos filamentos mais finos e delicados desse sistema. Vou dar-te uma comparação. Imagina uma planta privada de água, exposta ao calor abrasador do sol: as suas folhas começam a perder a humidade, as extremidades secam, e essa secura alastra-se às pequenas fibras que as revestem e as ligam às nervuras centrais. Estas nervuras, por sua vez, ligadas aos ramos e à raiz que as sustenta, acabarão por definhar também, a menos que se intervenha regando a planta. Se for regada, o que acontece? A água absorvida pela raiz refresca a planta, sobe pelos ramos e folhas devido à ação dos raios solares, e, humedecidas até às suas extremidades, as flores, que começavam a murchar, renascem tão frescas como antes. Sem essa água, tal não aconteceria. A comparação é adequada, mas, se me mostra que a água é um princípio vital para a planta, não me diz qual é o princípio de vida do sistema nervoso, nem onde encontrá-lo para o alimentar e fortalecer."

— Onde se pode encontrar esse princípio vital?

"No nosso sangue; para mim, o fluido nervoso não é mais do que a quintessência do sangue."

— Então porque é que o meu sangue não gera um fluido nervoso adequado? O meu sangue está viciado?

"Não tens o sangue viciado, mas tens pouco sangue, ou, melhor dizendo, o teu sangue é demasiado pobre, não tem força suficiente para gerar o fluido nervoso. A sua fraqueza causa o seu aquecimento, e esse aquecimento gera o transtorno que sentes no teu sistema nervoso. É apenas isso. E é por isso que os remédios que utilizamos diariamente têm um efeito tão fraco. O que te falta é VIDA."

— Voltarei a encontrar essa vida?

"Sim."

— Onde e como?

"No que tens feito nos últimos dias: consumir carnes escuras, seguir uma alimentação tónica e fazer exercício. O sangue gera sangue, e o exercício promove o movimento dos líquidos."

— Onde devo obter esse sangue?

"Onde o teu estômago o indicar. Hoje pede-te carne de vaca, amanhã será borrego, depois de amanhã pato; enfim, qualquer animal de carne escura."

— Porque se deve preferir carnes escuras às carnes vermelhas?

"Porque, embora o sangue seja vermelho, ele atravessa meios onde escurece, absorvendo moléculas e forças que não encontra noutras substâncias. É por isso que a carne de porco e o frango não fornecem uma alimentação tão substancial quanto a carne de vaca ou de borrego."

— No entanto, a carne de porco é considerada muito nutritiva.

"Parece assim, porque é uma carne densa, mas o estômago extrai dela poucos sucos sanguíneos; os intestinos quase nada retêm dela, eliminando grandes quantidades de matéria residual, o que prova que dela retiraram muito pouco.

Pelo contrário, as substâncias provenientes das carnes escuras são menos abundantes nas fezes, porque o estômago extrai delas todos os sucos até ao último resquício, ao passo que, no caso das carnes brancas, o processo de absorção ocorre apenas de forma mecânica."

Eis o que vejo operar-se em ti. Durante dezasseis meses, não conseguimos estimular o teu estômago a pedir o que pede hoje. Alimentava-se de forma indiferente, por capricho, com substâncias que continham pouca vitalidade, servindo apenas para manter mecanicamente o teu corpo. Mas agora desperta, pede substâncias revigorantes, está prestes a reacender toda a tua existência com esta nova vida e a devolver-te a saúde.

— Em tudo isso, só vejo sangue de boi e de carneiro, o que me dá uma ideia muito limitada da vida movida pela inteligência.

— Mas a inteligência humana depende das forças que encontra na vida material e, para mim, o sangue de boi e de carneiro pertencem à mesma fonte que a nossa. Não é neles que reside a inteligência, eles são apenas estimulantes... locomotivas! Que sei eu?... Vejo que não me compreendes... Como estou infeliz por não conseguir explicar-me melhor... Como traduzir o que sei por meio do que desconheço, quando preciso falar para ser compreendida?...

— Compreendo-te perfeitamente, e se por vezes te argumento assim, é porque sinto sempre um novo prazer em ouvir-te. Obrigado, mil vezes obrigado!...

Eis o que me foi dito sobre este assunto. Submeto-o ao julgamento do fisiologista e do médico.

As observações de Adèle não invalidam, de modo algum, as que as precedem. As doenças nervosas são causadas por múltiplos fatores, que não exigem todos os mesmos remédios. Cabe à ciência analisá-los.

Diversas influências sobre as doenças nervosas

Quantas coisas há para estudar nas nossas relações com tudo o que nos rodeia, tudo o que nos toca, tudo o que nos provoca sensações físicas ou morais! Infelizmente, é um caos onde o filósofo, o médico e o observador

hesitam em mergulhar, pois as conclusões que poderiam tirar são tantas vezes ridicularizadas. No entanto, quantos conselhos úteis, quantos resultados imensos poderiam resultar desse estudo para a humanidade em geral!

Embora cada ser seja apenas um pequeno átomo perdido na imensidão dos mundos, tal como um grão de areia se perde sob os pés do viajante que o pisa, seria um erro acreditar que está perdido aos olhos de Deus. Se o Criador o separou de todos os outros átomos que, como ele, contribuem para a formação e manutenção de universos cuja extensão não podemos medir, nem o número compreender, é porque conhece a sua utilidade e a sua ação recíproca dentro da esfera em que parece estar confinado.

Essa esfera, por sua vez, está contida dentro da esfera universal. Assim, nós, fracos átomos desses gigantescos grupos, sentimos o contacto dessa esfera em que estamos imersos, tal como ela nos sente a nós. Tocamos, com todas as partes do nosso corpo, fragmentos desse fluido invisível de que é composta, os quais, por sua vez, tocam outros, até o último e o primeiro deles, que é Deus. Sim, cada átomo vivo toca, através dessa irradiação contínua, todas as partes do universo e recebe a sua quota da influência de toda a criação, tal como esta recebe a sua influência.

Esta ideia não pode ser posta em dúvida, e ela manifesta-se de forma particularmente evidente e sensível aos que sofrem de nevralgias, precisamente nos elementos que os rodeiam. Para um nevralgico, não é indiferente que o vento sopre do norte, do oeste, do leste ou do sul, assim como não é indiferente a fase da lua, se é lua nova ou quarto minguante, se a primavera é outono ou o verão inverno. Não lhes é indiferente viver num rés do chão húmido ou num quarto andar, numa cidade lamacenta ou no campo, num clima ou noutro.

Porquê estas diferenças? Porque todas estas condições influenciam os fluidos que nos dão vida; elas rarefazem-nos ou condensam-nos, alteram os climas e os lugares onde atuam e estabelecem ligações diretas ou indiretas. Não, tudo isto não é indiferente para os nevralgicos, e não deveria ser indiferente para a ciência médica. Os nossos nervos são os primeiros destiladores dessa atmosfera em que estão imersos; eles não podem depositar no nosso corpo senão o que extraem dela. Um organismo com deficiência de eletricidade nunca a encontrará numa cave; outro, saturado dela, não se libertará num sótão; um terceiro, que a possui

de forma imperfeita, necessitará do contacto com um ar mais ou menos rarefeito, difícil de encontrar numa cidade como Paris.

Há, portanto, um vasto campo de estudo a explorar nestas observações, das quais aqui apresento apenas um esboço acessível a todas as inteligências e confirmado por evidências físicas. Talvez houvesse mais curas a alcançar pela mudança das nevrálgicas para regiões e climas adaptados às suas necessidades do que por todos os remédios conhecidos e experimentados até hoje.

O que é a nostalgia, senão uma doença nervosa? Quem a cura, senão o lar sonhado? O que há sob esse teto? Uma mãe, uma irmã, uma amiga de infância e de coração, responder-se-á. Talvez, mas muitas vezes nem sequer isso. O que há, na verdade, é a emanação do prado ou da montanha, onde outrora se saturava todo o ser; é a água, o pão, o contacto com os habitantes, o som das suas vozes; menos ainda, é a atmosfera nebulosa que se adorava respirar, formada pelo fumo do cachimbo do ancião da aldeia, e que não se encontra em nenhum outro lugar.

Ó grandeza do nosso nada! O que somos, afinal, perante tais forças, que parecem insignificantes para aqueles que não as conhecem ou não as compreendem?

Há ainda outra influência, da qual poucas pessoas se apercebem, mas que é extremamente nociva para os nevralgicos: a do ambiente doméstico. Ah, que vasto campo de observação se abre aqui! Seria ridículo acreditar que se pode apreender toda a sua extensão através de alguns exemplos isolados. Todos os que conhecem e praticam o magnetismo compreender-nos-ão facilmente, sem necessidade de maiores explicações; mas aqueles que não fazem ideia do que se trata rir-se-ão de nós, o que não nos impedirá de afirmar que o contacto com determinadas pessoas pode influenciar significativamente, para melhor ou para pior, a recuperação do doente. Se esse contacto for prejudicial, é preferível evitá-lo, sempre que possível. A intuição, nesses casos, é um profeta que raramente se engana sobre as consequências desses encontros.

Se quiséssemos apoiar esta observação com factos reconhecidos pela medicina, poderíamos entrar no santuário da alcova e constatar que, mesmo nos abraços amorosos em plena felicidade, por vezes destila-se um veneno mortal, cuja única cura é a separação. Certos casais transmitem-se doenças através das

emanações gerais ou locais dos fluidos; outros, através de suores perigosos; um terceiro grupo, pela putrefação da respiração; um quarto, pelo ato do coito, como se observa nas afeções do peito, do estômago, do fígado, dos intestinos e do sistema nervoso – este último, sendo tão poderoso na comunicação das suas perturbações por simpatia, manifesta-se frequentemente na epilepsia, nas convulsões, nos tremores, etc. Não ousamos aprofundar este tema, pois não queremos alimentar novas antipatias nos doentes – eles já têm o suficiente –, mas apresentamos esta reflexão para que seja compreendida por aqueles que tratam e cuidam dos nevralgicos. Por vezes, uma separação temporária entre duas pessoas pode produzir efeitos muito benéficos.

O nevralgico, mais do que qualquer outro doente, devido à longa duração e à extrema sensibilidade da sua enfermidade, vê acumular-se ao seu redor uma série de incidentes de todo o tipo, que parecem contribuir mais para o seu tormento do que para o seu alívio. Dir-se-ia que o universo inteiro conspira contra ele: nada lhe corre de acordo com os seus desejos; nada pode convencê-lo de que o seu tratamento não segue um método inadequado; nada surge para ajudá-lo a evitar o contacto com certos objetos ou pessoas que deseja evitar, com certos odores que o fazem desfalecer ou o enfurecem, com certos ruídos que o surpreendem ou irritam, com certas melodias, mais ou menos harmoniosas, que lhe dilaceram os ouvidos ou o fazem reviver memórias e pensamentos que o entristecem. Depois, há a chegada de uma notícia desagradável, uma espera insuportável – que sei eu? Se se agarra à vida e à esperança por um lado, por outro parece que uma mão oculta ou uma voz importuna surgem para o fazer largar a sua última âncora ou para lhe roubar essa esperança.

Ele já não sente nem observa como quando estava saudável; tem mais sensibilidade ou mais exigência, mais amor ou mais ódio. Os inimigos multiplicam-se, os amigos desaparecem, e até a própria natureza já não é para ele o que costumava ser – até mesmo os seus frutos lhe faltam. De que lhe serve um belo dia de primavera, se não pode usufruí-lo? Para ele, transforma-se num dia de verão: sente o sol demasiado abrasador, o ar demasiado pesado, não encontra em parte alguma a atmosfera suave que a febre lhe faz desejar, nem o leite primaveril que a sua boca seca tanto pede.

O seu único pensamento passa a ser um fim – o fim dos fins –, aquele onde toda a dor se apazigua, onde todo o suspiro se extingue, onde toda a esperança renasce e onde toda a felicidade se assegura: é o fim que é o começo de uma nova vida, é o fim da Terra e a posse do Céu, o fim do homem e o nascimento do anjo!

Restaria ainda abordar outra influência, pertencente ao domínio da psicologia, que tem o seu reino no mundo dos espíritos – mundo no qual se acredita pouco nos dias de hoje, para que nos arrisquemos a tratá-lo num livro essencialmente médico, que já tornámos demasiado filosófico. Além disso, estaríamos a repetir-nos e a não colher mais do que um acréscimo de ridículo como recompensa pelos nossos estudos e pelo nosso amor à humanidade. Já nos cobrimos suficientemente desse ridículo noutros escritos, sem necessidade de o buscar novamente aqui, com uma persistência que poderia parecer deslocada.

Concluímos, assim, que as doenças nervosas resultantes de causas físicas podem ser curadas ou aliviadas pelos remédios que propusemos, assim como pelo estudo do sistema filosófico de que demos apenas um breve vislumbre. E que aquelas cujas causas são morais podem ser curadas por uma reação semelhante à causa que as originou: uma palavra dita no momento certo, uma notícia aguardada, a visão de um objeto desejado, uma surpresa, uma alegria, um suspiro – que sei eu? – uma nota harmoniosa de música. É então que exclamamos, mais uma vez e para sempre:

Ó nulidade do nosso saber! Ó profundidade da sabedoria divina!

É evidente que, em ambos os casos, o magnetismo é de grande auxílio. É nesse domínio que ele impera, que reina, que domina e se impõe. Que a ação moral subjugue a doença moral, que a ação física governe a doença física – estas duas realidades não precisam de ser demonstradas. Acalmem o espírito do doente e deem vida aos órgãos que dela carecem; magnetizem localmente pela imposição das mãos ou por grandes correntes, conforme a necessidade; que essas magnetizações sejam regulares e persistentes. A solução está aí.

REFLEXÕES FILOSÓFICAS SOBRE AS DOENÇAS MENCIONADAS

Não há doença, por mais insignificante que seja, que não reaja, de algum modo, sobre o sistema nervoso e, por uma desordem qualquer, sobre as ideias

daqueles que dela sofrem. Esta é a consequência da estrutura do nosso corpo, que não possui uma única fibrila, um único cabelo cujo funcionamento, por mais ínfimo que pareça, não seja essencial ao conjunto, devido à grande lei da solidariedade que os rege em comum.

As funções individuais de todas as partes desta sublime obra-prima podem ser, na sua maioria, desconhecidas para nós, mas isso não impede que um observador atento reconheça a sua necessidade. Quem vê no corpo humano apenas um saco de pele, encimado por uma bola e acompanhado por quatro apêndices a que chamamos membros, revela uma profunda ignorância. Deus não criou um único átomo sem razão, nem o colocou inutilmente no universo. Devemos, portanto, admitir que os grupos de átomos que compõem as formas ou corpos visíveis aos nossos olhos foram concebidos para contribuir para a manutenção e harmonia de cada um desses corpos, bem como para a harmonia geral, de acordo com as suas respetivas potências.

Esses átomos não podem agir sem estarem dotados de ideias próprias; e essas ideias não podem ser compreendidas nem definidas por nós, que nem sequer conseguimos definir a forma dos próprios átomos que as elaboram. Que conhecimento podemos ter dos agrupamentos que constituem um único fio de cabelo? Esses átomos estão dispostos aos milhões numa organização perfeitamente alinhada e harmoniosa, possuindo no seu centro uma imensa artéria, semelhante à mais ampla avenida de uma capital, por onde podem circular livremente e transportar os sucos necessários à manutenção desse minúsculo edifício isolado. Esses sucos, por sua vez, não são mais do que outros átomos, que necessitam de um determinado agrupamento, de um meio e de um tempo específico para se corporizarem, tal como aqueles que os rodeiam.

Das observações que acabamos de apresentar, podemos concluir que, se é possível interromper um orador no calor do seu discurso com um simples alfinete, se um homem não consegue dormir na presença de uma única melga, se um guerreiro feroz pode ser desarmado por um simples grão de tabaco, então está provado que o átomo domina o todo. Se um átomo possui tal poder sobre as partes externas do nosso corpo, que oferecem tanta resistência, que poder poderá ter sobre as partes internas? Se as mais suaves antenas de certos seres microscópicos tocarem algumas fibrilas nervosas de um órgão interno, que dor proporcionalmente devastadora não causariam? Basta pensarmos na

perturbação originada pela passagem de um gás no estômago, na convulsão, na chamada "dor no coração", na síncope, na perda de toda a consciência que se lhe segue.

(1) O espírito do maior génio do mundo não é tão independente que não possa ser perturbado pelo mais ínfimo ruído à sua volta; não é preciso o estrondo de um canhão para o impedir de pensar, basta o som de uma cata-vento ou de uma roldana. Não vos espanteis se, por vezes, ele não raciocina corretamente – talvez seja apenas uma mosca a zunir-lhe ao ouvido. Isso já é suficiente para o tornar incapaz de um bom juízo. Se desejais que ele encontre a verdade, afastai esse pequeno inseto que lhe transtorna a razão e perturba essa poderosa inteligência que governa cidades e reinos. (Pensées de Pascal sur la religion, edição de 1792, p. 129.)

Não tínhamos lido esta obra antes de escrever este artigo, e acabamos de encontrar este excerto que exprime tão bem o nosso pensamento – e até melhor do que poderíamos fazê-lo.

Então, um simples sopro de ar pode causar tanto transtorno? O que poderão então provocar uma bílis inflamada, mucosidades endurecidas, um sangue viciado por doenças venéreas, a gota, o reumatismo interno, um tumor escirroso, uma tênia, uma paralisia localizada de algum órgão, uma perda contínua de urina, uma digestão defeituosa, um soluço permanente que se torna mais uma paralisia do que uma convulsão do estômago, uma bronquite, uma hidropisia, etc.?

Oh! Eu digo-vos, a vós que rodeais os doentes e cuidais deles: Piedade, piedade por eles! Pois são ainda menos que os átomos que os atormentam, e no entanto julgam-se reis, senhores, grandes juízes, prelados abençoados por Deus, guerreiros temidos pelo universo! Pobres filhos de um dia, tornam-se ainda mais doentes por isso! Repito-vos, tende piedade deles! Um sopro de vento fá-los suplicar misericórdia, e uma simples melga impede-os de dormir!

Mesmo no auge da saúde, o homem vive sempre num estado de sofrimento, dependente do mais ínfimo dos seus órgãos e do menor dos seus pensamentos; asfixia por falta de um pouco de ar; morre por falta de um pedaço de pão; enlouquece por não ter um copo de água; viola para acalmar um desejo incontrolável; rouba para satisfazer uma ideia; mata para se vingar; luta por uma

palavra; odeia por menos que uma palavra, por um simples olhar (que diz ser de desprezo). Está tão obcecado consigo próprio que, em cada encontro, pergunta ao outro: *Como está a sua saúde?*

E esse homem afirma estar bem. **Se está bem, está então muito mal.** Há uma doença permanente dentro de nós: se não é o corpo que sofre, é o espírito. Quem cuida hoje precisará de ser cuidado amanhã. É, portanto, uma troca e uma dívida, que devemos pagar com o máximo de amor possível.

INFORMAÇÕES SOBRE AS PREPARAÇÕES MEDICINAIS MENCIONADAS NESTE LIVRO

Muitas pessoas não têm qualquer noção sobre como preparar um cataplasma ou fazer uma infusão, entre outras coisas. Por isso, julgámos necessário dizer algumas palavras sobre este assunto.

Banhos

Nos casos de grande fraqueza nervosa, relaxamento dos músculos, inércia das papilas externas e suores contínuos que levam a uma perigosa perda de fluidos corporais, recomenda-se a utilização de **banhos tónicos**. Os banhos de água do mar são os melhores, mas podem ser substituídos por **banhos salinos**, preparados da seguinte forma: adicionam-se de quatro a seis quilos de sal de cozinha a um banho normal, o que produz praticamente o mesmo efeito.

Nas **irritações nervosas**, que se supõem causadas por um excesso de eletricidade ou por humores quentes, pode-se adicionar ao banho um saco de farelo de trigo envolvido num pano. Este saco deve ser imerso e espremido repetidamente, e o doente pode sentar-se sobre ele.

Para **fadiga, dores musculares e desconforto geral**, a água do banho deve ser utilizada sem qualquer adição.

Nas **dores reumáticas**, pode-se juntar ao banho uma infusão de ervas aromáticas, que substituem eficazmente os banhos de vapor. As plantas mais indicadas são: **alecrim, salva, tomilho, meliloto** e, para os homens, uma pequena porção de **arruda**. A temperatura ideal do banho situa-se entre **25 a 28 graus Celsius**.

Para pessoas que sentem calafrios ao entrar na água e cujo sangue tende a refluir rapidamente para a cabeça, recomenda-se que entrem primeiro de pé, permaneçam nessa posição durante um minuto, depois se ajoelhem por mais um minuto e, finalmente, se deitem na água.

O banho só terá efeitos benéficos se for tomado nas condições adequadas, pelo que se deve prestar especial atenção a este ponto. Pode-se permanecer no banho entre meia hora e algumas horas, desde que se siga a devida precaução ao sair. É fundamental secar-se bem e evitar qualquer choque térmico. Recomenda-se deitar-se durante uma hora após o banho, pois isso aumenta os seus benefícios.

Nunca se deve tomar banho imediatamente após uma refeição. Deve-se esperar pela digestão completa da última refeição antes de entrar na água.

A vida e a morte andam de mãos dadas num banho. As regras a seguir para um banho frio são as mesmas que para um banho quente. Se se puder associar o magnetismo ao banho, os seus efeitos serão ainda mais eficazes.

O magnetismo, após o banho, deve ser aplicado através de pressões ligeiras sobre os membros, sempre no sentido descendente, dirigindo a energia para as partes inferiores do corpo. Os benefícios desta prática serão rapidamente notados.

No geral, não se devem tomar mais de três banhos por semana, e, se possível, deve-se limitar a um só. O excesso, em tudo, é prejudicial. Deve-se evitar qualquer situação que possa provocar constrangimento ou desconforto, pois isso pode desencadear contrações nervosas e musculares indesejáveis.

Banho de assento

Este tipo de banho é indicado para inflamações na região abdominal inferior, problemas urinários e distúrbios dos órgãos vizinhos. Deve ser preparado da mesma forma que o banho normal e seguindo as mesmas recomendações.

Banho de pés

O banho de pés segue as mesmas diretrizes dos banhos anteriores, mas tem a função específica de reduzir a congestão nas partes superiores do corpo, redistribuindo o sangue para as extremidades inferiores.

Pode-se reforçar os seus efeitos com a adição de farinha de mostarda, sabão negro, cinza de madeira comum ou cinza de sarmentos de videira – numa quantidade aproximada de duas mãos cheias.

O banho de pés deve ser tomado morno, aumentando gradualmente a temperatura até se tornar quase insuportável. A sua duração não deve ultrapassar cinco a dez minutos.

Após o banho, deve-se secar bem os pés e, se possível, descansar na cama durante uma hora.

Banhos locais

Os banhos locais são tomados em recipientes apropriados às partes do corpo onde são necessários. Para os olhos, pode-se utilizar uma pequena taça, um copo ou uma colher; para os órgãos genitais, uma chávena; e assim sucessivamente para outras partes do corpo. São preparados com as substâncias recomendadas e devem ser administrados com cuidado, evitando mudanças bruscas de temperatura antes, durante e após a sua aplicação.

Banho de higiene

Este banho destina-se à limpeza dos órgãos genitais e não deve ser demasiado quente nem demasiado frio. A falta de higiene nestas áreas pode causar perturbações, mas o excesso de limpeza também pode gerar desequilíbrios.

Podem ser adicionadas algumas gotas de álcool canforado, amoníaco líquido, éter, vinho ou águas aromatizadas, desde que os seus aromas sejam conhecidos e apropriados. Caso contrário, podem resultar em perturbações graves.

Este banho não deve ser tomado logo após as refeições nem imediatamente após o ato sexual. No primeiro caso, deve-se aguardar pela digestão; no segundo, bastam alguns minutos de espera.

Os banhos de higiene são uma necessidade para ambos os sexos e contribuem significativamente para a saúde.

Lavagem intestinal (Lavagem ou Clister)

A lavagem intestinal é de grande auxílio nos casos de **intestinos obstruídos e inflamações na zona abdominal inferior**. A sua composição varia conforme a necessidade:

- **Sementes de linho em decocção** → efeito suavizante;
- **Raiz de alteia** → excelente emoliente;
- **Infusão de parietária e mercurial** → efeito refrescante;
- **Decocção de arroz** → efeito calmante;
- **Leite com uma colher de açúcar mascavado ou mel** → refrescante e suavizante;
- **Solução de uma colher de sal de cozinha** → tonificante e útil no tratamento de hemorróidas.

(Consultar as plantas apropriadas para cada caso.)

A lavagem intestinal **deve ser feita sempre em jejum**, **nunca duas vezes seguidas**, e **nunca deve ser administrada em duas etapas**. A temperatura da solução **não deve ser nem muito quente nem muito fria**.

O instrumento utilizado deve estar **em perfeito estado**, evitando a entrada de ar no intestino, pois isso pode ser prejudicial. Se a pessoa precisar de ajuda para administrar a lavagem, deve-se evitar qualquer situação que possa gerar desconforto ou ferir a dignidade do paciente.

Uma lavagem intestinal aplicada por uma filha à mãe, ou por outra pessoa que inspire respeito, pode ter um efeito negativo no doente. Estas recomendações podem parecer insignificantes, mas a medicina **não se deve privar de pequenas observações**, pois muitas delas têm grande importância.

Sabemos que algumas pessoas acharão este conselho ridículo, mas a maioria poderá dele beneficiar. Lamentamos não poder dar mais informações. Se tivéssemos mais tempo, papel e recursos, muito mais haveríamos de dizer!

Injeções

As injeções são administradas com uma pequena seringa adequada ao órgão que necessita do tratamento e são compostas por infusões de plantas específicas para cada caso.

- Devem ser aplicadas a uma temperatura adequada, evitando extremos de frio ou calor.
- A aplicação deve ser feita com suavidade.
- Os instrumentos utilizados devem estar completamente limpos.

Fumigações

As fumigações são feitas com infusões de plantas medicinais adequadas à doença a tratar, utilizando um recipiente apropriado para a zona afetada.

A infusão deve estar a ferver, para que o vapor seja mais penetrante e eficaz. A parte do corpo a ser tratada deve ser bem coberta, permitindo a absorção da fumigação enquanto houver evaporação ativa.

Após a fumigação, a zona tratada deve ser cuidadosamente seca.

Nas fumigações para a cabeça, é essencial permitir a eliminação das mucosidades que possam escorrer pela boca. Estas infusões não devem ser aplicadas sobre feridas abertas, pois os fluidos libertados durante a fumigação podem conter substâncias perigosas.

Loções

As loções consistem na aspersão da área afetada com águas ou infusões apropriadas. Devem ser reaplicadas conforme necessário.

Cataplasmas

Os cataplasmas são extremamente úteis no tratamento de inflamações localizadas e são geralmente compostos por féculas ou plantas cozidas.

Os seus efeitos podem ser:

- Calmantes
- Suavizantes

- Emolientes
- Refrescantes
- Laxantes
- Tónicos

Dependendo da sua composição, os cataplasmas podem ser preparados com diferentes infusões.

Regras gerais para preparar um cataplasma:

- As féculas devem ser diluídas em infusões ferventes, pois perdem os seus princípios ativos quando cozinhadas diretamente no fogo.
- Em vez de água simples, deve-se usar uma infusão ou decocção de outra planta para diluir a fécula.
    - Exemplo:
        - Farinha de linho → diluir com decocção de raiz de alteia;
        - Farinha de arroz → diluir com infusão de sementes de linho;
        - Farinha de alteia → diluir com decocção de arroz.

Dicas para reforçar o efeito dos cataplasmas:

- Para um efeito mais calmante → adicionar algumas gotas de láudano ou um quarto de cabeça de papoila ou algumas folhas de papoila-brava.
- Para um efeito mais refrescante → usar infusão de parietária ou mercurial.
- Para um efeito mais tónico → acrescentar algumas gotas de óleo essencial de camomila ou água sedativa.
- Para um efeito mais ativo → combinar diferentes féculas em partes iguais.
- Para um efeito mais resolutivo → utilizar plantas conhecidas por dissolver tumores, como a eufrásia e o bálsamo de flores vermelhas *(consultar a lista de aromáticos mencionados anteriormente, que ajudam a eliminar parasitas e a dissolver fluidos corporais espessados).*

Recomendações importantes para a aplicação dos cataplasmas:

- São mais eficazes e confortáveis se aplicados na cama do que em pé.
- Podem ser usados entre dois panos, em vez de diretamente sobre a pele.
- Nunca devem estar demasiado quentes nem demasiado frios.
- Ao retirá-los, a pele deve ser bem seca e coberta com um pano quente para evitar um choque térmico.
- Nunca se deve aplicar um cataplasma sobre o peito ou sobre a boca do estômago.
- Ao contrário, devem cobrir toda a zona abdominal e os flancos.
- Devem ser mantidos até que percam o calor natural.
- Nunca se deve aplicar dois cataplasmas seguidos.
- Cada aplicação deve durar cerca de uma hora e não se deve abusar da sua utilização.

Cataplasma

O cataplasma é utilizado no tratamento de inflamações locais e intestinais, principalmente após indigestões, obstipações, purgações, cólicas gasosas, ardor ao urinar, doenças do fígado, do baço, dos intestinos, da bexiga, certas irritações pulmonares, digestões difíceis, dores de cabeça e, de um modo geral, em todos os distúrbios que afetam os órgãos abdominais.

Um cataplasma bem preparado e aplicado corretamente nunca perturba o organismo. No entanto, o uso excessivo e indiscriminado pode ter um efeito contrário.

Compressas

A compressa consiste em um pano macio, dobrado várias vezes e embebido numa infusão apropriada ao problema a tratar, sendo depois aplicado sobre a área afetada.

Não abordaremos aqui o uso de setões, vesicatórios, cautérios, sanguessugas, sangrias, ventosas, moxabustão, etc. Como já dissemos, a nossa abordagem foca-se em fechar feridas, e não em abri-las.

Técnicas de preparação medicinal

Destilação

Consiste em deixar uma planta macerar durante vinte e quatro horas num líquido adequado (menstruação ou solvente apropriado), depositando-a depois num recipiente de vidro ou cobre, chamado "cucúrbita", sobre um fogo de intensidade moderada.

O vapor libertado sobe até ao chapéu do alambique (bem selado), sendo depois conduzido a um recipiente onde se condensa, formando água destilada (se o solvente for apenas água).

Caso não seja possível realizar uma destilação – que exige alguns conhecimentos de química –, pode-se simplesmente infundir as plantas, obtendo uma água com propriedades semelhantes.

Maceração

Deixa-se a planta imersa num líquido durante um tempo variável, sem esperar que se decomponha.

Decocção

Ferve-se uma planta, uma raiz ou uma semente durante um tempo adequado à sua extração.

Nota: A raiz de alteia não deve ser fervida por mais de dez minutos, pois perde as suas propriedades.

Infusão

Consiste em verter água ou outro líquido a ferver sobre a planta a ser infundida.

- Dez minutos de infusão são geralmente suficientes.

- A quantidade **não determina a qualidade**.
- Exemplo: **Uma única flor de camomila num copo de água pode ser tão eficaz – e menos perigosa – do que dez flores.**

Medidas e equivalências

Unidades de medida tradicionais e farmacêuticas

Medida	Equivalência antiga	Equivalência moderna (gramas/ml)
1 libra	16 onças	500 g
½ libra	8 onças	250 g
1 onça	8 dracmas	32 g
½ onça	4 dracmas	16 g
1 dracma (ou gros)	3 escrópulos	4 g
½ dracma	36 grãos	2 g
1 escrópulo	24 grãos	1 g
½ escrópulo	12 grãos	0,5 g
1 grão	1/72 de um gros	≈ 0,065 g
1 pinta	2 libras	1 litro (1000 ml)
1 chopina	16 onças	500 ml
½ setier	8 onças	250 ml
1 ponche	4 onças	125 ml
½ ponche	2 onças	62,5 ml
1 copo (verrée)	4 onças	125 ml
1 colher de sopa	½ onça	16 ml
1 colher de café	1 gros (dracma)	5 ml

🔷 **Nota:** Plantas e raízes **frescas** geralmente requerem **o dobro da dose das secas**, embora esta questão seja controversa e ainda não aceite universalmente.

Pomadas

As pomadas são normalmente feitas **com gordura de porco (pano) em vez de banha comum**, sendo preparadas **em lume brando, cozendo os ingredientes cujas propriedades se desejam extrair**.

Pomada de cânfora

Mistura-se **¼ de cânfora** por cada unidade de gordura utilizada.

Pomada de flor de cenoura selvagem

Mantém-se a mesma proporção.

Pomada de orpina

Seguem-se as mesmas indicações.

Modo de preparação das pomadas

1. Após a cozedura das plantas ou flores, a mistura deve descansar por algum tempo.
2. Passa-se por um pano muito fino para filtrar impurezas.
3. Guarda-se bem fechada num recipiente adequado, pronta para uso.

Para maior praticidade e higiene, as pomadas podem ser preparadas em banho-maria.

Método do banho-maria

1. Coloca-se o recipiente da pomada dentro de um outro recipiente cheio de água a ferver.
2. Alternativamente, pode-se usar um banho de areia:
   - Coloca-se areia seca num recipiente metálico.
   - A mistura é enterrada na areia até cerca de um dedo de profundidade.
   - A areia deve cobrir o nível do líquido.
   - O recipiente é colocado sobre um lume brando.
   - Este método é chamado "banho de areia".

Óleos aromatizados

Os óleos aromatizados são preparados da mesma forma que as pomadas. A "essência de camomila", por exemplo, não é propriamente um óleo essencial,

mas pode ser obtida por este método. Da mesma maneira, podem ser produzidos **óleos perfumados**, uma prática mais comum do que a destilação direta das plantas, pois estas produzem uma quantidade mínima de óleo essencial.

Na farmácia, **há muitas fraudes nesse sentido**, sendo frequente encontrar produtos que não correspondem às suas verdadeiras propriedades naturais.

Os óleos aromatizados são **extremamente úteis nas fricções**, ajudando a acalmar e a flexibilizar o sistema nervoso, além de **aliviarem a tensão muscular**.

Vinho aromatizado

O vinho aromatizado é preparado **por infusão a frio das plantas cujas propriedades se deseja extrair**.

Um vinho cuja **eficácia posso garantir para tonificar o sistema nervoso, as fibrilas e papilas do corpo, fortalecer músculos fatigados após esforços ou quedas e ativar a circulação sanguínea nas paralisias locais** é feito da seguinte forma:

1. Colocar **num litro de bom vinho tinto** uma **pequena quantidade de cada uma das seguintes plantas**:
    - **Alecrim**
    - **Folhas de salva**
    - **Tomilho**
    - **Meliloto**
    - **Uma pitada de arruda**
2. Deixar **em infusão durante 48 horas**.
3. Filtrar e **guardar num local fresco**.
4. **Usar para friccionar as partes afetadas, conforme necessário**.

Nota: Qualquer outro vinho pode ser preparado da mesma maneira, substituindo as ervas conforme a necessidade.

Xaropes

Os xaropes podem ser preparados **seguindo o mesmo princípio**, independentemente das substâncias utilizadas.

Exemplo: Xarope de nabo (cuja composição já foi descrita anteriormente).

1. Descascar e cortar os nabos em fatias finas.
2. Num recipiente adequado, dispor uma camada de nabo, cobrir com uma camada de açúcar comum.
3. Repetir o processo até encher o recipiente, cobrindo cada camada de nabo com açúcar.
4. Tapar bem o recipiente (se possível, selando-o com uma massa de farinha).
5. Colocar sobre lume muito brando durante algumas horas ou, preferencialmente, deixá-lo num forno de padeiro por seis horas, depois de retirado o pão.
6. Filtrar o xarope e armazenar em garrafas num local fresco.

Este xarope pode ser usado:

- Misturado em infusões.
- Tomado às colheradas para aliviar crises de tosse.
- É altamente eficaz contra doenças pulmonares *(ver secção onde está recomendado para esse fim).*

Para um efeito mais calmante e ligeiramente aquecedor, especialmente se a tosse for causada pelo frio, pode-se adicionar algumas flores de papoila-brava entre as camadas de nabo e açúcar.

Muitos outros xaropes podem ser feitos desta forma.

Exemplo: Xarope de baço de vitela, extraído da redução do seu suco, tal como descrito anteriormente.

🔷 Nota importante: Se as substâncias utilizadas não contiverem sucos suficientes para formar um xarope adequado, deve-se adicionar um pouco de água antes de iniciar a cozedura.

Recomendações finais sobre os remédios mencionados

1. Xarope de nabo → Para doenças pulmonares, especialmente tosse convulsa em crianças.

2. Vinho aromatizado → Para afeções do sistema nervoso, paralisias locais e fadiga muscular.
3. Pomada de flores de cenoura selvagem → Para nevralgias agudas, gota e reumatismo.
4. Pomada de raiz de orpina → Para hemorróidas.
5. Pomada canforada → Para dificuldade respiratória e os primeiros sintomas de constipação (aplicar friccionando levemente o peito).
6. Óleo de camomila → Para dores de garganta (imbuir uma gargantilha no óleo e aplicá-la no pescoço). Também se pode utilizar para friccionar o estômago e o abdómen em casos de espasmos ou cólicas gasosas.

Nunca esquecer, sempre que possível, a ação do magnetismo.

Todos possuímos duas mãos e, na ausência de outros remédios, podemos aliviar consideravelmente – senão curar – certas afeções apenas com a imposição das mãos. Quem se dedicar a isso verá como o ser humano é, em si mesmo, uma farmácia viva – e a melhor de todas!

Fricções, massagem e insuflações magnéticas

Depois de tanto recomendar o magnetismo em todas as doenças, seríamos censurados se não explicássemos o que se deve entender por fricções, massagem e insuflações magnéticas.

Além disso, como as fricções são atualmente recomendadas por praticamente todos os médicos, é essencial ensinar a forma correta de as realizar, pois não basta esfregar um corpo humano como se escovasse um cavalo.

Não há um único movimento nos corpos animados que não deva ser realizado segundo certas condições, respeitando a estrutura das partes móveis que os compõem. Assim, as fricções dão melhores resultados quando feitas corretamente, em vez de serem aplicadas sem método.

Não utilizamos flanela, a não ser quando estritamente necessário. Preferimos as fricções a nu, ou seja, com a mão aberta, deslizando diretamente sobre a pele das partes do corpo que necessitam ser tratadas.

As fricções podem ser feitas **a seco** ou com o auxílio de **pomadas, óleos, vinhos medicinais ou espíritos terapêuticos**, conforme a necessidade.

- **Devem começar suavemente**.
- **O movimento e a pressão devem aumentar gradualmente**, de modo a gerar um calor superior ao normal.

Regras essenciais para realizar fricções corretamente

1. **As fricções devem ser sempre realizadas de cima para baixo**.
    - **Nunca se deve friccionar de baixo para cima**.
2. **No abdómen**, que tem o formato de um balão, os movimentos devem ser **circulares**, sempre **no mesmo sentido**.
3. **No peito e nas costas**, as fricções devem respeitar a disposição anatómica:
    - O peito é composto por **duas metades**, unidas ao centro numa linha reta, que vai **do esterno até ao plexo solar** (da base do pescoço até ao alto do abdómen).
    - As costas têm **a mesma estrutura**, ainda que em posição oposta.
    - Assim, as fricções nestas regiões **devem começar por baixo das axilas**, seguindo **as costelas para baixo até à coluna vertebral**.
4. **Nos membros (braços e pernas)**, deve-se seguir **a direção natural das articulações**:
    - Do ombro ao pulso.
    - Da coxa ao tornozelo.
    - Como os membros são formados por diversos filamentos, semelhantes a um novelo de fios desenrolado, deve-se respeitar **o alinhamento das articulações**.
5. **Nas articulações (cotovelos, joelhos, tornozelos)**, onde há **dobradiças naturais** (conhecidas como articulações ou jarretes), é necessário **parar um momento e exercer uma leve pressão** sobre essas áreas.

Massagem

A massagem segue os mesmos princípios das fricções, mas distingue-se pelo facto de, em vez de esfregar suavemente a área dolorida, se pressionar com os dedos, como se estivesse a amassar a parte afetada.

- Deve-se começar com uma pressão leve, aumentando gradualmente conforme a tolerância do doente.

A massagem é especialmente recomendada após o banho.

- Esta prática vem do Oriente, onde é amplamente utilizada para tonificar o corpo.
- Começa a difundir-se na França e, sem dúvida, é um grande auxílio para combater fadiga, dores musculares e fraqueza geral.
- Tem um efeito poderoso, desde que seja realizada respeitando a dignidade e a privacidade do doente.

Insuflação magnética

A insuflação pode ser feita a frio ou a quente:

- Insuflação a frio → Soprar a alguns centímetros de distância da parte do corpo que se deseja acalmar.
- Insuflação a quente → Cobrir a parte doente com um pano branco e soprar através do tecido, focando o sopro sobre a área afetada.

O sopro tem um efeito poderoso e pode ser utilizado para tratar diversas condições:

1. Para síncope (desmaio súbito) → Soprar sob o peito esquerdo (é mais eficaz que todos os sais voláteis).
2. Para gases e dores abdominais → Soprar sobre o estômago, eliminando os gases como por encanto.
3. Para cólicas intensas → Soprar sobre o umbigo.
4. Para ataques de histeria → Soprar a quente sobre a garganta.
5. Para delírios e congestão cerebral → Soprar a frio sobre a testa.
6. Para apoplexia → Soprar a quente sobre o coração.
7. Para catalepsia, tétano e rigidez muscular → Soprar a quente sobre as articulações afetadas.

8. Para cãibras → Soprar a frio diretamente sobre a zona afetada.
9. Para surdez → Soprar a quente dentro dos ouvidos.
10. Para problemas nos olhos → Soprar suavemente e a curta distância sobre as pálpebras.

Nota importante: A pessoa que realiza a insuflação não deve ter o hálito alterado, pois a respiração influencia diretamente o processo.

O sopro tem uma ação tão poderosa no magnetismo que, se tentássemos descrevê-la completamente, muitos não acreditariam. O melhor é experimentar para comprovar os seus efeitos.

NOÇÕES FISIOLÓGICAS SOBRE OS SINTOMAS OU SINAIS MAIS COMUNS DE DIFERENTES DOENÇAS

O que vamos apresentar não tem caráter geral, sendo apenas um conjunto de observações e informações que podem ser mais ou menos úteis.

Indicações gerais:

- Erupções cutâneas, independentemente da sua natureza → Atacar o sangue.
- Inflamações vermelhas, com ou sem sensação de ardor → Atacar o sangue.
- Dores em forma de cãibra, sem manifestações externas → Atacar os nervos.
- Dores de cabeça, enxaquecas e sensação de calor externo → Estimular o sangue ou acalmar o estômago.
- Enxaqueca interna com pontadas agudas → Acalmar os nervos.
- Falta de ar acompanhada de calor → Atacar o sangue.
- Falta de ar sem calor → Acalmar os brônquios ou o estômago.
- Boca seca e com sabor desagradável → Atacar as mucosidades.
- Boca amarga → Agir sobre a bílis.
- Boca inflamada → Atuar sobre o sangue.
- Dor no lado direito, junto às últimas costelas → A bílis está a sobrecarregar o fígado.
- Dor no lado esquerdo, na mesma região → Causada por gases retidos no baço.

- Espasmos na zona do estômago → Tomar anti-flatulentes.
- Falta de apetite ou apetite caprichoso → Atacar as mucosidades com magnésia e sementes de mostarda.
- Cólica → Ver anti-flatulentes e depurativos.
- Hemorróidas → Refrescar e purificar o sangue.
- Priapismo (ereção prolongada e dolorosa) → Atacar o sangue e a bílis.
- Fome súbita e intensa → Recorrer a vermífugos e plantas amargas.
- Reumatismo e gota → Estudar o sangue e tratá-lo.
- Frio nas extremidades dos membros → Recorrer a estimulantes.
- Circulação irregular → Ver depurativos.
- Sensação de calor excessivo no corpo → Ver refrescantes e depurativos.
- Urina quente → Ver emolientes e suavizantes.
- Pensamentos tristes → Tratar a bílis ou as mucosidades.

Relação entre características físicas e estados do organismo:

- Olhos apagados → Indicam uma constituição predominantemente mucosa.
- Olhos brilhantes e vivos → Indicam um temperamento bilioso.
- Rosto mais avermelhado no lado direito → Sinais de sobrecarga nos pulmões ou fígado.
- Rosto mais avermelhado no lado esquerdo → Problemas nos pulmões, coração ou baço.
- Nariz vermelho → Indica inflamação dos intestinos.
- Lábios azulados → Revelam um sangue sobreaquecido.
- Mau hálito → Sinal de excesso de mucosidades no estômago.
- Tez amarelada e oleosa → Indica predominância da bílis.
- Tez branca e sem brilho → Característica de um temperamento mucoso.
- Pele demasiado seca → Indica excesso de bílis.
- Pele excessivamente húmida → Indica predominância de mucosidades.
- Urina quente após a menstruação → Sinal de presença de mucosidades e sangue ácido.

- Corrimento branco nas mulheres → Indica um estômago carregado de mucosidades e sangue pobre.
- Falta de desejo sexual → Indica sangue pobre.
- Gostos alimentares caprichosos ou aversão à carne → Problema no estômago e intestinos.
- Desejo por carne mal passada e vermelha → Indica pobreza do sangue.

Temperamento e caráter:

- Pessoa muito faladora → Temperamento bilioso.
- Pessoa silenciosa e reservada → Temperamento mucoso.
- Caráter religioso → Associado à fraqueza e à excitação nervosa.
- Caráter combativo e litigioso → Característico dos temperamentos biliosos e sanguíneos.
- Personalidade medrosa e despreocupada → Indica presença excessiva de mucosidades.
- Pessoa amorosa e tranquila → Indica equilíbrio dos humores.
- Pessoa sanguinária e agressiva → Indica presença de bílis concentrada.

Sinais relacionados com as fezes e a urina:

- Urina escura e avermelhada → Indica um sangue sobreaquecido e excesso de bílis.
- Urina muito pálida → Indica tendência para acumulação de mucosidades.
- Fezes negras → Indicam um sangue quente e excesso de bílis.
- Fezes verdes → Indicam excesso de bílis.
- Fezes demasiado amarelas e moles → Indicam excesso de mucosidades.
- Fezes bem formadas e de cor saudável → Indicam intestinos saudáveis.
- Fezes oleosas e sem forma definida → Indicam intestinos doentes.
- Fezes ardentes → Indicam excesso de bílis.
- Fezes irregulares e inconsistentes → Sinal de problemas no estômago e intestinos.

Coração e circulação sanguínea:

- Batimentos cardíacos muito fortes → Podem indicar um aneurisma ou um problema de circulação.
- Pulsação irregular e caprichosa → Indica sangue pobre.

MAGNETISMO

Nas constituições quentes, nervosas e biliosas, o magnetismo tem menos efeito; já nas constituições fleumáticas e carregadas de mucosidades, ele atua com mais intensidade.

Nas organizações neuropáticas, é extremamente poderoso e soberano contra:

- Obstipação intestinal;
- Má circulação sanguínea;
- Doenças nervosas;
- Gravidez e perturbações menstruais;
- Ideias fixas e obsessivas;
- Contusões e entorses;
- Dores localizadas e inflamações;
- Paragem da transpiração;
- Cólicas e cãibras;
- Apoplexia e paralisia;
- Hidropisia;
- Sonambulismo natural;
- Personalidades inquietas, medrosas ou apaixonadas.

O magnetismo também é muito útil contra mudez, surdez e doenças oculares em geral.

Acreditamos ter sido o mais completos possível neste pequeno tratado. Se as explicações parecerem enfadonhas, é porque certas observações, recomendações e esclarecimentos nunca são excessivos, pois apenas quando devidamente compreendidos podem ser realmente úteis.

Por isso, pedimos ao leitor que seja generoso connosco, reconhecendo a nossa boa intenção.

CONSELHOS E PENSAMENTOS FILOSÓFICOS

Este livro **não pretende ser uma autoridade médica**.

- **Não somos médicos, nem sábios**.
- **Somos apenas estudiosos das dores humanas**, procurando formas de **as aliviar**, assim como desejaríamos que as nossas próprias dores fossem aliviadas.

Por isso, resumimos **as nossas ideias em alguns conselhos e reflexões filosóficas**.

I. Sobre a medicina e a cura

- **A melhor medicina é aquela que cura.**
- **O melhor médico é aquele que sabe aplicá-la.**
- **O doente mais feliz é aquele que faz bom uso dela.**

Todas as **ciências médicas** podem ser **resumidas nestas três proposições**.

Não há **duas doenças exatamente idênticas**, nem mesmo **dois remédios que atuem da mesma forma em todos os corpos**.

Assim, **cada doença exige um estudo próprio**, e o **doente deve ser o primeiro a participar** desse estudo, pois **ele é o único que conhece a origem, o progresso e o local exato da sua enfermidade**.

- Nenhum médico pode ter **uma relação mais direta com a doença** do que o próprio doente.
- Cada remédio **provoca uma reação no corpo**, e apenas o doente pode perceber, **por instinto,** se essa reação é **positiva ou negativa**.
- Essa **sensação instintiva de aceitação ou repulsa** é **o melhor caminho para a cura**.

O doente deve, por isso:

1. **Aprender a conhecer as suas necessidades.**
2. **Estudar as propriedades dos remédios descritos neste livro.**
3. **Escolher com sabedoria, como fariam os animais instintivamente.**

Mesmo o homem, que se julga tão sábio em todas as ciências, é ignorante na melhor delas: a arte de cuidar de si mesmo.

Nunca se deve acreditar na infalibilidade de um remédio.

- O homem prudente desconfia de todos os remédios, exceto daquele cuja eficácia foi comprovada pela sua própria experiência.
- Não se deve abusar das plantas medicinais!

Prefiro ter um ramo de violetas na lapela do que beber uma infusão delas para tratar um leve desconforto intestinal, pois, muitas vezes, o remédio pode criar a doença que tenta curar.

- Se uma infusão tem poder de agir sobre o corpo, esse poder pode ser mal direcionado.
- O que poderia desaparecer naturalmente com um pouco de paciência, pode tornar-se um problema real devido à ação mal aplicada de um remédio.

Por exemplo:

- Se uma cólica for apenas causada por um gás momentâneo, talvez ela desaparecesse sozinha;
- Mas uma infusão de violetas pode ativar a bílis ou outras substâncias do corpo, criando um novo desequilíbrio.

Honra seja feita à virtude das plantas!
Honra ao sábio que enfeita os nossos jardins com elas!
E maior honra ainda a quem nos permite viver sem precisar delas!

II. O corpo humano como uma máquina espiritual

O corpo humano, sob um ponto de vista filosófico, assemelha-se a um navio com milhares de cordas, onde algumas são acionadas mais do que outras, desgastando-se com o tempo.

Através da observação das dores humanas, compreendi que certas partes do corpo são mais afetadas do que outras.

Perguntei-me muitas vezes:

"Porquê?"

Que explicação material poderia justificar isso?

A resposta veio do coração.

- O coração é sensível e ama.
- Como tudo o que se move e se desgasta, também ele envelhece e se fragiliza com o uso.

Assim, percebi que as emoções, como todas as forças do universo, têm polos opostos:

- A atração e a repulsa.
- O amor e a rejeição.

Dessa tensão entre opostos nasce a harmonia.

Se as cordas de um navio são enfraquecidas pelo vento e pela humidade, elas acabam por se desgastar, desfiar e tremem ao menor sopro.

O mesmo acontece aos nossos nervos e órgãos.

Tudo o que é muito usado, desgasta-se rapidamente.

- O gastrónomo terá digestões difíceis.
- O libertino esgotará rapidamente a sua energia vital.
- O jogador compulsivo arruinará em pouco tempo a sua fortuna.
- O pensador político ou filósofo consumirá o seu laboratório de ideias.
- O homem religioso, se abusar da contemplação e da privação, chegará à imobilidade total das suas funções orgânicas.

Quem não sabe dar, não tem o direito de receber.

- Quem não alimenta o corpo com substâncias materiais, não obtém uma vida material.

- Quem não sabe equilibrar repouso e esforço, cria desordem permanente no seu organismo.

Isso vale para tudo o que fazemos:

- Quanto mais usamos uma parte do corpo, mais ela se desgasta.
- Quanto mais nos entregamos aos sentimentos, mais nos tornamos sensíveis.
- Quanto mais alimentamos uma ideia, mais ela nos domina.

Por isso, é necessário um equilíbrio:

- O meio-termo é onde residem a sabedoria e a saúde.
- Se quisermos chegar ao nosso destino sem danos irreparáveis, devemos cuidar do nosso corpo como cuidamos de um ser vivo.
- Não devemos exigir mais do que ele pode dar.
- Se o tratarmos bem, ele retribuirá com saúde; se o maltratarmos, ele responderá com dor.

III. AFORISMOS SOBRE O MAGNETISMO

O magnetismo astral, chamado universal, existe?

Tudo o que é ciência, pensamento e razão responde sim.

O que é o magnetismo?

É a influência dos corpos uns sobre os outros.

O que é uma influência?

É um contato que produz um resultado ou uma sensação qualquer.

Como pode ocorrer esse contato?

Através da compressão ou dilatação, atração ou repulsão entre os corpos.

Como podem os corpos ser comprimidos ou dilatados, atraídos ou repelidos, sem que o seu volume mude, aumente ou diminua?

Graças à ação de uma **substância intermediária** que os liga entre si, denominada **fluido universal**.

Do que é composta essa substância?

De **átomos vivificados pelo pensamento divino**.

O que são esses átomos?

São **todos os elementos que compõem as partes mais simples ou mais complexas da criação**.

A criação está sujeita a progresso ou degradação nas suas formas?

Não.

- **As formas não desaparecem**, mas são suscetíveis **ao movimento**, que só existe devido à sucessão e renovação dos átomos que as compõem.
- **O movimento dissocia sem aniquilar; renova sem alterar a forma essencial.**

O movimento é uma criação que possui mobilidade própria?

Não.

- **O movimento só existe devido à transposição de átomos**, que constituem a sua essência.
- **Como essa transposição afeta todas as formas**, todas as formas são mutáveis como ele.

Onde se encontra, então, a imobilidade que constitui a verdadeira individualidade?

No **"eu"** de cada átomo, de cada ser, de cada parte da criação.

- Este "eu" é imortal, mas estaria desprovido de toda a sensação – e, portanto, de vida – se não se unisse aos outros.
- Essa união ocorre através de uma lei de amor, cujo resultado só Deus conhece, pois Ele é o seu centro e origem.

A aplicação do magnetismo ao homem

Se os corpos celestes desfrutam desse processo contínuo de emissão e absorção de átomos, não é lógico recusá-lo aos corpos terrenos e celestes simultaneamente.

Logo, os três reinos da natureza (mineral, vegetal e animal) possuem o seu próprio magnetismo, tal como os corpos celestes.

🔷 Dessa forma, o magnetismo humano existe.

Este raciocínio é consequência dos princípios já aceites na física.

Estes aforismos não se dirigem aos que negam o magnetismo, mas sim àqueles que o admitem e que, por isso, devem considerar as seguintes proposições:

1. Se o magnetismo é uma sensação provocada pelo contato de um corpo com outro, resultando num intercâmbio de átomos ou moléculas conhecido como fluido, então, no magnetismo humano, deve-se estudar o agente e o paciente.
2. Aquele que recebe deve escolher o seu agente.
3. Aquele que transmite deve escolher o seu paciente.

Isto significa que:

- O fluido trocado entre duas pessoas pode gerar harmonia ou desordem.
- É essencial analisar com quem se estabelece essa troca, pois o resultado depende da compatibilidade e das necessidades recíprocas.

Se os médicos reconhecem que certos vírus podem ser inoculados em corpos escolhidos para esse fim, e se os moralistas, espiritualistas e estudiosos dos

costumes humanos admitiram que certas paixões desorganizadoras podem ser transmitidas por simpatia ou imitação, então:

Que consequências podem advir do magnetismo?
Não tentaremos responder a essa questão.

Limitamo-nos a afirmar que estas reflexões provam que é necessário ter muito cuidado nos contatos magnéticos.

- Deve-se estudar a interação dos corpos e das almas envolvidos neste processo.
- Deve-se analisar as possíveis repercussões para a tranquilidade de cada um.

Conselhos sobre a prática do magnetismo

◈ Que a sabedoria busque a sabedoria.
◈ Que o sangue puro procure o sangue puro.
◈ Que aquele que deseja preservar a sua liberdade não a entregue a quem pode abusar dela.
◈ Que a alma que ama a pureza não se confie a uma alma impudica.

O magnetismo é:

- Amor e ódio.
- Paz e perturbação.
- A dualidade universal.
- Uma arma de dois gumes.
- Uma moeda com duas faces.
- Um bastão com duas pontas.

No plano religioso, é o que se chama Deus e Satanás.
No plano físico, é o que se chama Bem e Mal.

O magnetismo e os seus riscos

Preferiríamos que o magnetismo fosse praticado dentro das famílias, em vez de ser adotado indiscriminadamente pelo público.

- O pai deve magnetizar o filho.
- A mãe deve magnetizar a filha.
- E assim, sucessivamente, dentro dos laços de parentesco, aliança e amor.

O que devemos evitar:

O vizinho magnetizar a vizinha.
Qualquer tipo de contato sem uma relação de confiança.

Pois deste intercâmbio podem resultar tanto a cura do corpo como a perturbação da alma.

◈ As nossas palavras são fruto da experiência e do conhecimento.
◈ Quem confiar nelas, só terá a ganhar.
◈ Sentimos o dever de deixar este aviso a todos os que consideram recorrer ao magnetismo.

IV.

A harmonia em todas as coisas exige que o fim esteja de acordo com o princípio.

Tal como iniciámos este livro com uma reflexão filosófica, devemos encerrá-lo da mesma maneira.

Há doenças e dores de todos os tipos que o homem deve suportar nesta terra de provações.

Todos os que sofrem perguntam:

Para que servem elas?

Podemos responder com ousadia:

- Elas são a necessidade e o complemento de cada uma das nossas alegrias.

- São a outra face dessa dualidade universal que governa desde o menor átomo até ao sol.
- São quadros vivos que vêm consolar o coxo por não estar completamente paralisado, e o maneta por não ter perdido ambos os braços.

Quem entre nós trocaria a sua posição pela do seu amigo mais feliz, se tivesse de assumir também as suas menores dores e contrariedades?

- Quem não gostaria de retirar algo desse fardo?
- Quem me prova que o Papa é mais feliz do que o pároco de uma pequena aldeia?
- Quem pode conhecer as paixões, os desejos e as dores ocultas do coração?

Quem me garante que:

- A jovem baronesa de modos encantadores, rodeada de atenções, não está secretamente obcecada pelo tamanho do pé da sua criada?
- Que não terá uma síncope ao ver um camélia ser oferecido à sua amiga?
- Que aquele homem, acamado há anos com membros ulcerados, sofre mais do que um homem forte e saudável, que grita de dor devido a um simples nervo inflamado?

Podemos medir essas dores?
Sabemos se a dor do primeiro não se tornou mais lenta e suportável, enquanto a do segundo é intensa e insuportável?
Quem pode dizer que dez dias de gota, de enxaqueca, de ambição frustrada ou de despeito não equivalem a dez anos de uma doença que nos assusta apenas pela sua aparência?

Tudo é relativo à sensibilidade de cada organismo, à intensidade das sensações, à fragilidade dos órgãos e à natureza das impressões mentais.

Muitas vezes, os doentes ficam espantados ao ver o quanto a sua ferida ou sofrimento me impressionam.

A justiça da dor

Deus, o grande dispensador da vida, das sensações, das alegrias e das dores, é infinitamente justo.

Que toda alma sofredora compreenda esta verdade:

O menor dos átomos seria maior que Deus, se pudesse acusá-lo de injustiça!

Foi essa reflexão que me trouxe alívio nos momentos de maior dor.

Ela é o remédio dos remédios, porque é a consolação das consolações.

Por isso, recordo-a aos doentes desesperados:

- Se Deus não criou nada de inútil, então tudo deve contribuir para a utilidade geral.
- Seria uma falta de coração e generosidade recusar a nossa dor como parte do quadro das dores humanas.
- Pois esse é o único meio de garantir o nosso lugar no quadro das alegrias eternas.

A relatividade do sofrimento

O doente observa demasiado a saúde do vizinho; deveria antes prestar mais atenção às lágrimas da vizinha.

Nunca deve separar a dor do corpo da dor do coração, pois ambas fazem parte do tributo que todos devemos pagar à terra.

Quem nunca foi doente até aos cinquenta anos, ao vangloriar-se disso, muitas vezes cai de repente no leito de miséria, esquecendo-se rapidamente de que teve boa saúde durante tanto tempo.

Quem nunca teve uma ferida no corpo, pode ter sofrido feridas profundas na alma.

Quem nunca sentiu nem uma nem outra, pode tê-las à espreita no caminho.

- A sua mulher, os seus filhos, a sua fortuna, os seus afectos — nada disso está isento de sofrimento.
- E nada disso deixará de o fazer sofrer.

E se nada disso lhe acontecer em vida, quem me garante que o seu destino no outro mundo será tão feliz quanto o do pobre que passou a vida a desejar o que ele sempre teve?

Se a alegria for proporcional ao esforço para a alcançar, então cada um pode julgar por si próprio.

A roda infinita da existência

Mas que podemos nós julgar, afinal, em questões de tal importância?

Procuramos apenas acalmar-nos, e nada mais.

O único juiz cuja sentença não pode falhar é Deus.

Só Ele é bom.
Só Ele é grande.

Que nos prostremos humildemente aos seus pés, e que a sua mão generosa nos erga da nossa pequenez, mostrando-nos o caminho que devemos seguir.

Deixemo-nos levar pelo turbilhão infinito das criações divinas, tal como um átomo se deixa arrastar por um furacão.

Descemos o suficiente para podermos ter esperança de sermos elevados novamente.

Nada permanece imóvel neste movimento sem fim.

Cada manifestação tem o seu tempo e a sua duração.

Cada ciclo sucede a outro, tal como este será sucedido pelo próximo.

- A roda gira sem cessar.
- Aquilo que é pisado hoje, amanhã pisará também.
- A doença é o encontro entre duas engrenagens do tempo.

- É o beijo de amor entre o passado e o presente.
- É a ponte entre a vida de ontem e a de amanhã.
- É o primeiro choro do recém-nascido e o último suspiro da sua mãe.
- É a maldição da dor, abençoada pelo médico. FIM.